MAURO KWITKO

COMO MATAR O PENSAMENTO SUICIDA

SUMÁRIO

Prefácio
Depressão - a visão tradicional
Depressões originadas em vidas passadas
Os jovens e o suicídio
Os Trabalhadores da Luz na Terra
E quem se sente diferente?
Pessoas (que afirmam ser) de outro planeta
Encontrando a sua tribo
Para onde vai quem se suicida?
O talento artístico
O vício de ficar demais em casa
Aprendendo com a depressão
Depressão por captação de energias negativas da atmosfera terrestre
Depressão por convívio com pessoas tristes
O poder das Trevas
Depressão por obsessão espiritual
A ação de Espíritos das Trevas
Tratamento para pessoas deprimidas que vêm Espíritos e/ou ouvem mentalmente suas vozes
A adolescência e a Reencarnação
O poder da indignação pacífica
A dificuldade de se tornar adulto
Adolescente é assim...
Comentários Finais

PREFÁCIO

Quando uma pessoa pensa em se matar, o que ela quer, na verdade, é parar de pensar, livrar-se de um pensamento torturante, de um sentimento ruim, de uma situação de sua vida, do passado ou do presente, que tem a sensação de que não tem solução, só "acabando com tudo mesmo!".

Mas é esta situação, é este pensamento, é o sentimento, que ela deve matar e não o seu corpo, pois isso não irá acabar com tudo, pelo contrário, irá piorar as coisas. Matando o corpo, sai de dentro dele, vivo, e aí vê que de nada adiantou, o que era ruim ficou pior ainda. E mais, agora está invisível, ninguém lhe vê, ninguém lhe escuta... Vê seu corpo morto e está vivo, ali, do lado. Grita, chora, se arrepende, se sente culpado... é tarde demais.

Existem maneiras de matar os pensamentos ruins ao invés de querer matar seu corpo. O pensamento não está no cérebro, este é só um codificador entre nosso corpo mental e nosso corpo físico. Estejamos encarnados ou desencarnados, estamos sempre pensando.

O nosso corpo é nossa defesa, fora dele estamos em perigo pois podem existir seres espirituais inferiores ali do seu lado. Com um baixo nível de sentimentos como mágoa, rejeição, raiva, etc., a frequência vibratória daí decorrente sintoniza com eles. E eles invadem a sua mente e vão colocando pensamentos negativos, e tudo vai piorando.

A pessoa que pensa em se matar acredita que desta maneira irá parar de pensar, irá parar de sofrer, mas isto não ocorre pois os pensamentos não estão no cérebro, estão no corpo mental. Matando o seu corpo, a pessoa sai de dentro dele, o que se chama de "Espírito" ou "Corpo energético", e torna-se presa fácil daqueles seres, que certamente não querem o seu bem. Pelo contrário, muitas vezes foram eles mesmos que provocaram tão sérios danos nos sentimentos da pessoa,

geralmente por algum motivo pessoal, oriundo de vidas passadas.

Fora do corpo, com uma baixa ou baixíssima frequência, com aqueles seres ali do seu lado, a pessoa que achou que iria morrer e isto não aconteceu, pouca chance tem de ir para o Plano Astral superior. Geralmente é levado para o Plano Astral inferior ou, muitas vezes, para ainda mais para baixo, o que o Espiritismo chama de Umbral e outras religiões chamam de Inferno. E para sair de lá, meu irmão, minha irmã, que têm esta ideia em sua cabeça, não é nada fácil. Pode passar séculos lá. Já imaginou?

O melhor mesmo é ficar dentro do seu corpo, tentar resolver os seus problemas, fazer terapia, se necessário, utilizar medicamentos, químicos ou energéticos ou ambos, se não der para resolver todos os seus problemas, continuar tentando, cuidar dos seus pensamentos, é por ali que os seres espirituais inferiores entram, enfim, mantenha-se encarnado!

Neste livro vou lhe ensinar como matar um pensamento suicida, ao invés de matar o corpo e sair de dentro dele pensando, e pior ainda, aí, sim, sem chance. Como o pensamento não está no cérebro, matar o corpo não vai acabar com o pensamento, com os sentimentos, não vai resolver seus problemas. Leia este livro e acredite em mim: você aprenderá a matar o pensamento suicida e não irá matar o seu corpo.

Vou apresentar neste livro uma visão diferente da que tem sido dada ao suicídio ou à sua intenção. Os três fatores tradicionalmente abordados são:

1. Questões emocionais e afetivas
2. Questões sociais
3. Questões genéticas

Não negamos ou descartamos nenhuma delas mas, por tudo que venho aprendendo no meu trabalho há mais de 20 anos com a Reencarnação e com a influência de Espíritos sobre nós, estes assuntos espirituais é que terão um destaque especial neste livro: a dificuldade de adaptação à vida em nosso planeta

de Missionários, Mensageiros e Trabalhadores da Luz e de seres que (afirmam) vêm de outros planetas ou de outras dimensões, a influência dos Espíritos das Trevas sobre quem tem fragilidades emocionais, a repetição de um padrão suicida advindo de vidas passadas etc.

Indo para o terço final desta minha encarnação, já superei o medo da crítica, o receio de ser considerado um visionário e outros rótulos menos simpáticos à minha pessoa e ao meu trabalho.

(Aguarde um pouco que, em breve, chegarei ao tema deste livro e você entenderá por que estou falando isto).

Continuando. Naquela época, a Psicologia nem imaginava o que estava por vir: um movimento no sentido de ajudá-la a libertar-se de uma auto-asfixia provocada por seguir uma crença religiosa, limitada a essa vida apenas, a de que Reencarnação não existe. Atualmente, grande parte dos psicólogos e dos estudantes de Psicologia acreditam na Reencarnação, frequentam Centros Espíritas e Espiritualistas e, muitos, trabalham nessas Casas como médiuns.

Já no campo da Psiquiatria, enfeitiçados pelo "científico", pelos exames multicoloridos de imagens e pelo domínio absoluto dos laboratórios multinacionais de medicamentos, os psiquiatras estão levando mais tempo para abrirem-se para a Reencarnação e para a ação de Espíritos sobre as pessoas, principalmente as que veem e ouvem suas vozes, rapidamente rotuladas de esquizofrênicas, medicadas e, muitas vezes, internadas como loucas, o que é, na verdade, apenas a continuação do antigo uso das camisas de força, uma lobotomia, digamos, mais "moderna".

Eu nunca pensei em me matar. Já tive depressões mas nunca cheguei a pensar em "acabar com tudo", porque sabia, intuitivamente, que não acabaria com nada, pelo contrário.

Vamos ao livro.

DEPRESSÃO - A VISÃO TRADICIONAL

Diferentemente de uma tristeza que todos nós temos de vez em quando, motivada por algo desagradável que aconteceu em nosso passado ou está acontecendo no momento atual da vida, ou sem causa aparente, e da qual saímos após algumas horas ou alguns dias, a depressão é uma tristeza intensa, crônica, que permeia a vida de quem a sente, como se estivesse sem energia, sem forças, sem vontade de fazer nada a não ser isolar-se, deitar, ficar lá. Sente-se como um saco vazio, um pneu murcho.

Tradicionalmente atribui-se a depressão a um defeito de alguns neurotransmissores: a serotonina, a noradrenalina, a endorfina, a acetilcolina e a dopamina. São utilizados antidepressivos, que melhoram os sintomas e a qualidade de vida da pessoa.

Para o meio oficial, as causas ainda não são completamente conhecidas. Atribui-se a causas genéticas e ambientais, como, por exemplo, um forte estresse ou a perda de um ente querido, quando um evento deste tipo pode desencadear o desequilíbrio dos neurotransmissores no cérebro. A depressão para a Psiquiatria tradicional tem, então, uma origem biológica e, na verdade, este entendimento ajuda o deprimido e os seus entes queridos a ter mais empatia pelo problema. Não é falta de vontade, não é preguiça, não é fazer "corpo mole", não é malandragem; segundo a Psiquiatria moderna é uma doença e deve ser tratada com drogas químicas.

Mas como não lida com nossas vidas passadas, com a ação de Espíritos sobre nós e com a absorção de baixas energias a partir da atmosfera terrestre e de pessoas tristes, deprimidas, doentes, do nosso convívio, essa visão limita-se a dois aspectos:

1. Os fatos traumáticos da infância e da vida: o que houve na infância do paciente, o que gerou uma tristeza tão grande, que perdura por décadas e, às vezes, a vida toda? Isto torna-se o foco das conversas durante o Tratamento, nas linhas psiquiátricas em

que se conversa com o paciente, se o (a) psiquiatra têm essa tendência ou paciência, se tem tempo para isto, o que não ocorre nos Tratamentos pelo SUS em que, geralmente, o paciente ou um familiar vai à "consulta" apenas para receber a receita ou refazer o receituário.

2. O desequilíbrio dos neurotransmissores: como, pela visão tradicional, os traumas levam a um desequilíbrio dos neurotransmissores, estes devem ser regulados. Para isto existem dezenas de "antidepressivos" com centenas de efeitos colaterais, muitas vezes piores do que os sintomas originais. A listagem dos efeitos colaterais estão na bula dos medicamentos mas ninguém lê, por dois motivos: ninguém entende o que são aqueles nomes complicados e a fonte é pequeníssima, o que dificulta entender o que é cada efeito colateral ainda mais com essa dificuldade de ler. A imensa maioria das pessoas acaba por desistir e, pelo desespero da busca do alívio, vai tomar o medicamento.

Mas quero deixar claro que não sou contrário à utilização de medicamentos antidepressivos, eles são úteis e, muitas vezes, imprescindíveis, principalmente nos casos de pensamentos ou tentativas de suicídio. É muito melhor tomar antidepressivo e sentir-se melhor, retomar o seu ânimo, nem que seja em parte, levantar da cama, sair de casa, voltar a conviver com as pessoas, retomar os estudos, o seu trabalho, enfim, voltar a ter uma vida mais ou menos normal, do que não tomar e ficar lá atirado.

O que questiono é por que a Psiquiatria continua seguindo um dogma religioso contrário à Reencarnação, não se abre para a ação de Espíritos obsessores sobre os pacientes e não lida ainda com a captação de energias de baixa qualidade por pessoas sensíveis à energia negativa, pesada, que predomina em nossa atmosfera terrena, e ao convívio com pessoas tristes, sofredoras, amarguradas, que, sem o querer e sem perceber, captam energia daquela pessoa em melhor estado,

desvitalizando-a, como se fosse uma “troca” de energia: pegam energia boa daquela pessoa e essa pega energia ruim dela.

Pela evolução do mundo e as mudanças de paradigmas que já estão ocorrendo, podemos prever como será a Psiquiatria do século 21:

1. A utilização de uma Psicoterapia dessa vida atual levando em consideração também as nossas vidas passadas
2. As Investigações do Inconsciente (“Regressões”) para o desligamento de sintonias com situações de profunda tristeza em vidas passadas
3. O uso de medicamentos químicos quando necessário e pelo tempo necessário
4. O uso de medicamentos energéticos (Homeopatia, Florais, Aromaterapia, etc.)
5. Os procedimentos energéticos (Cromoterapia, Acupuntura, Reiki etc.)
6. A investigação espiritual gratuita em Centro Espírita ou Espiritualista
7. A investigação de troca de energia entre a pessoa deprimida e com quem ela convive

Isto está a caminho de acontecer. A finalidade maior deste livro é colaborar para chegar mais rápido, beneficiando milhões de pessoas.

DEPRESSÕES ORIGINADAS EM VIDAS PASSADAS

A Medicina tradicional, orgânica, embora seja, por enquanto, a que mais imediatamente alivia, a que mais salva vidas, apresenta uma característica que é conhecer, entender, saber tudo a respeito dos mecanismos da doença no cérebro mas não compreender realmente o que se esconde por trás dela. No caso da depressão, na verdade, é um sentimento negativo que se transforma em um desequilíbrio dos neurotransmissores e não o contrário. E está ainda muito longe de lidar com as depressões oriundas de vidas passadas e da ação de Espíritos obsessores sobre a pessoa deprimida.

Quem trabalha com a recordação de encarnações passadas (“Regressão”), no meu caso há cerca de 20 anos em umas 20.000 pessoas, sabe que uma depressão de outra vida pode estar nos afetando até hoje. Essas pessoas estão nessa vida atual em seu Consciente e em algumas vidas passadas em seu Inconsciente, bem como as portadoras das fobias, do transtorno do pânico, das dores físicas crônicas como a fibromialgia, por exemplo, inúmeros casos de enxaquecas e de asma desde a infância etc.

Na verdade, não existem “vidas passadas”, o que existe é o passado da nossa vida; o que lembramos está em nosso Consciente, o que não lembramos, em nosso Inconsciente. Nunca atendi uma pessoa com depressão severa que não estivesse sintonizada em uma ou mais encarnações passadas, sentindo ainda hoje o que sentia lá. A solução, rápida e sem medicamentos é acessar, recordar até o final daquela (s) vida (s), até ter recordado a sua volta para o Mundo Espiritual e, assim, desligar-se delas.

Mas para entendermos melhor o que significa “estar sintonizado em vidas passadas”, é preciso nos libertarmos de uma criação humana, característica da 3ª dimensão: o tempo. Na verdade, o tempo não existe; quando falamos “passado”, quer dizer “agora”; quando falamos presente, quer dizer “agora” e quando falamos futuro, também quer dizer “agora”.

Antes que você feche o livro e vá fazer outra coisa, deixe-me explicar de outra maneira: essa vida atual está em nosso Consciente, as nossas encarnações passadas (e o que não lembramos da fase intrauterina e infância) está em nosso Inconsciente. O que se chama de "Regressão" é um acesso ao Inconsciente. O velho Freud, afinal de contas, tinha razão. Ele seguiu o trabalho de Charcot, de Breuer, nós estamos seguindo o seu trabalho.

O que lembramos de traumático do nosso passado dessa vida, temos uma capacidade, maior ou menor, de lidar; o que não lembramos, nos domina. No caso, uma depressão crônica, severa, resistente a medicamentos, a eletrochoques, a internações, é um domínio do nosso passado sobre o nosso presente. Isto significa, nas pessoas cronicamente deprimidas, que está mais lá do que aqui, geralmente uns 80 a 90% lá, uns 10 a 20% aqui, e tem de ser desligada de lá. Mas, geralmente, não está sintonizada em apenas uma situação traumática de vida passada e, sim, de 3, 4 ou 5 vidas, e isto exige 3 ou 4 Sessões.

A maioria das Escolas que lidam com Regressão, utilizam a hipnose, a catarse, a exoneração de sentimentos do passado, a ressignificação dos fatos ocorridos lá e a redecisão. É o que se chama de TVP (Terapia de Vidas Passadas).

A Psicoterapia Reencarnacionista utiliza a Meditação consciente, lúcida, e o processo consta, basicamente, de 3 momentos:

a) Meditação para que a pessoa se coloque sob o comando dos seus Mentores Espirituais.

b) Acesso da pessoa a uma vida passada ou um pós-vida (desencarnada mas ainda na Terra ou flutuando no Astral intermediário ou no Umbral), o que é determinado pelos seus Mentores Espirituais, respeitando a Lei do Esquecimento.

c) Recordação de ter subido para o Mundo Espiritual (período intervidas), até ter passado tudo que trouxe da encarnação anterior e estar sentindo-se muito bem ou ótima.

O nosso Método obedece ao que consta em “O Livro dos Espíritos”, de Allan Kardec, na questão 399, e simplesmente promove o deslocamento da sintonia que a pessoa mantinha com uma situação traumática do passado, ficando, a partir daí, sintonizada em uma situação posterior muito boa ou ótima, quando a sua recordação já alcançou o Mundo Espiritual. Dessa maneira, ela desliga-se da sintonia que mantinha com um fato muito traumático do seu passado e fica sintonizada quando já estava no período intervidas no que chamamos de “Ponto Ótimo”. E nos traz relatos das colônias, das cidades, os hospitais, os tratamentos, os jardins, as pessoas de branco, os grupos de estudos, as palestras, os trabalhos lá exercidos etc., similares aos livros espíritas, principalmente os de Allan Kardec e André Luiz.

Isto não é um procedimento espiritual ou religioso, é um procedimento terapêutico. Muitas pessoas, por lidarmos com vidas passadas, confunde isto com Espiritismo, e não é. Religião é um Código moral; Investigação do Inconsciente (Regressão) é Autoconhecimento e Terapia.

OS JOVENS E O SUICÍDIO

Antigamente só matavam o seu corpo ("suicídio") os adultos que enfrentavam situações que acreditavam nada poderiam fazer a respeito, as pessoas já velhas ou desiludidas com a vida depois de décadas de sofrimento ou pessoas com doenças incuráveis que não aguentavam mais aquela situação ou viúvos ou viúvas que haviam ficado sós após o desencarne de seu marido ou esposa e, mesmo assim, eram casos pouco frequentes.

De vez em quando alguém matava o seu corpo e aquilo repercutia na sua família ou no seu bairro ou em sua cidade e passava o tempo, cada um continuava cuidando de sua vida e aquilo ficava no passado.

Pessoas jovens matando o seu corpo era extremamente raro. De um tempo para cá parece que virou moda e, pior, parece estar aumentando. A Psicologia oficial (que só lida com essa encarnação) e a Psiquiatria oficial (que lida basicamente com os neurotransmissores) oferecem algumas hipóteses, entre elas as principais são a carência afetiva oriunda da pouca presença dos pais em casa (porque a vida não está fácil para ninguém e geralmente ambos têm de trabalhar para sustentar a família), a educação moderna com sua tendência de baixa tolerância à frustração, a solidão disfarçada de vida social proporcionada pela comunicação digital, a mensagem "demoníaca" e "autodestrutiva" de segmentos da música americana ou europeia, o uso de drogas lícitas ou ilícitas etc.

Não podemos negar que todas elas podem, realmente, influenciar jovens a deprimirem-se e, alguns, desenvolverem ideias de "acabar" com a vida e, até, tentarem ou, mesmo, efetivarem isto. Mas abordando essas hipóteses e fatores existem inúmeros livros, sites, opiniões pelas redes sociais etc.

Como este livro quer trazer uma concepção reencarnacionista para o suicídio ou pensamentos suicidas, vou falar neste capítulo apenas sobre essa "moda" deste ponto de

vista. A mensagem do livro é endereçada aos jovens que acreditam na Reencarnação ou têm uma curiosidade a respeito ou, pelo menos, não são totalmente contrários a ela.

Mas se os pais quiserem ler, se psicólogos ou psiquiatras quiserem saber o que pensa um médico que lida com a Reencarnação há décadas, se terapeutas holísticos desejarem aprender como agregar a Reencarnação nas conversas com os jovens que vão em seu consultório em busca de Tratamento, por livre e espontânea vontade ou, o mais comum, porque seus pais obrigam, nem que seja para os pais pararem de encher seu saco com isto, o livro está aí. Para quem acreditar.

Pela minha experiência com jovens no consultório e em Grupos gratuitos de Jovens da nossa Associação (ABPR), posso afirmar que os jovens mais suscetíveis a isto são os mais maduros, os que encarnaram para trabalhar por um mundo melhor, os que chamamos de "Jovens Guerreiros e Guerreiras da Luz". Estes, aqui na Terra, se deparam com um modo de vida infanto-juvenil baseado em diversões e passatempos, uma maneira egoísta de viver, um Sistema materialista que não combina com sua essência espiritualista, embora, muitas vezes, não tenham isto bem claro. É o que mais leva estes jovens a desenvolver uma tristeza profunda, que pode chegar à depressão, e até à vontade de "acabar" com seu sofrimento.

A falta de sentido para a vida é transmitida pelo nosso Sistema, que foi criado e é mantido por uma minoria de pessoas, cujo foco é apenas o dinheiro e o poder, e querem manter as coisas como estão. O mesmo Sistema que cria a miséria e a fome no mundo também cria a falta de sentido da vida, a desesperança, a depressão e o suicídio.

Os Jovens Guerreiros e Guerreiras da Luz são Espíritos de ego mais maduro que vêm descendo há algumas décadas para mudar o Sistema, para melhorar o mundo, mas aqui chegando, esquecem quem são e qual a sua missão, e passam a desejar ir embora deste lugar. Muitos o fazem, é esta epidemia de suicídios entre os jovens, agora alcançando até as crianças. Estes

jovens não sabem disto e necessitam saber. Os seus pais sabem? Os psicólogos e os psiquiatras sabem? Os professores sabem?

Cada vez mais, Trabalhadores da Luz têm descido para a Terra para colaborar com a evolução da humanidade e, até, sem exagero, evitar o seu aniquilamento, como já aconteceu várias vezes. As chamadas “crianças-índigo” e “crianças-cristal” são Seres de ego adulto que vêm para a Terra com essa missão. Desde pequenas já revelam que são diferentes, são, muitas vezes, mais maduras do que seus pais e do que as outras crianças que não pertencem a essa categoria.

Isto, que pode parecer tão lindo e maravilhoso para quem lê livros sobre o tema ou assiste vídeos sobre o assunto, pode, pelo contrário, ser motivo de sofrimento intenso para elas. Não é fácil ser, no seu íntimo, uma pessoa de nível adulto em um ambiente como o que vivemos, de hábitos e costumes infantis e adolescentes. Pode ser muito doloroso ser superior (em consciência) entre familiares, amigos e colegas inferiores. Se um Trabalhador da Luz encarnou em uma família de seres superiores, será entendido e incentivado a cumprir sua missão, mas e se encarnar em uma família de seres inferiores a ele?

Quero deixar claro que quando falo em “superior” e em “inferior”, estou falando do ponto de vista evolutivo e não no sentido terreno de raça, cor da pele, bens materiais, títulos, diplomas e outras condições consideradas importantes mas que fazem parte das ilusões terrenas. Elas são “importantes” apenas durante a estadia aqui no chão, mas irrelevantes no Mundo Espiritual superior.

E quero também deixar claro que quando falo em ego adulto, estou me referindo a características pessoais de maturidade, compreensão e entendimento; e quando falo em ego infantil ou adolescente, me refiro a características típicas dessas faixas etárias, do ponto de vista inferior, pois existem características infantis e adolescentes superiores que não dizem respeito ao que desejo transmitir no livro.

Voltando, as “crianças-índigo” e as “crianças-cristal” correm um risco muito grande: o de serem absorvidas pelo nosso Sistema. Este é sedimentado sobre mensagens infantis e adolescentes inferiores, o que se percebe facilmente na programação das televisões, nos programas de auditório, nos programas de humor, nas letras das músicas de sucesso, nos filmes (principalmente nos americanos) etc.

As pessoas que apresentam um nível de ego infantil ou adolescente acham tudo isto normal, gostam, curtem, sem perceber que é uma tática do Sistema para mantê-las neste nível. Não percebem o quanto são manipuladas e desrespeitadas, pois vistas como meras consumidoras de qualquer coisa que lhes for apresentada como essencial ou indispensável.

As pessoas de nível de ego adulto que, cada vez mais, vêm encarnando, se não forem bem orientadas por pessoas também deste nível de ego, muito provavelmente se perderão aqui na Terra e essa será uma encarnação em que não fizeram o que vieram fazer.

A sensação de falta de sentido em sua vida, o tédio, o isolamento, o uso de drogas lícitas e ilícitas, a depressão e os pensamentos suicidas ou as tentativas neste sentido, serão suas companheiras permanentes.

Os Trabalhadores da Luz precisam recordar quem são e o que vieram aqui fazer, e ficarem atentos ao que o Sistema e as Trevas costumam fazer com eles. Algumas pessoas encarnaram a passeio, outras a trabalho. Para quem veio a passeio, o Sistema oferece exatamente o que lhes agrada: distração e divertimento. Para quem veio a trabalho, existe apenas um remédio para essa espécie de “doença do sono” que contraíram: trabalhar.

Mas não em qualquer coisa. Devem procurar dentro de si o trabalho a que vieram dedicar-se, em que área, o que as faz sentir um calor, um entusiasmo, uma vontade de fazer aquilo, de ir conhecer as pessoas que exercem aquela atividade, ir onde isto é exercido. Essa é uma descoberta íntima, o mapa deste

tesouro está dentro de si, um psicoterapeuta de nível de ego adulto pode ajudar, uma religião ou uma filosofia alinhada a um nível superior de entendimento pode servir de lastro para essa caminhada rumo a si mesmo.

Matar o seu corpo não adianta nada, é como, durante uma batalha, despojar-se de sua armadura, jogar suas armas no chão e ficar, dessa maneira, vulnerável e indefeso. O nosso corpo é a armadura do nosso Espírito durante a encarnação, matá-lo é abandonarmos a luta, é permitirmos que os seres das Trevas tenham mais facilidade em nos aprisionar e nos manter sob o seu poder, muitas vezes durante séculos.

Um Trabalhador da Luz deve lembrar quem é e o que está fazendo aqui na Terra. Deve cuidar de sua higiene, externa e interna. Deve ser organizado e disciplinado. Deve dedicar a sua vida aos necessitados, aos doentes, aos carentes, aos injustiçados. Deve saber administrar o seu tempo, acordar cedo, fazer de cada dia uma prática de bondade e doação.

Deve procurar ser importante para os outros, semear a paz, a fraternidade, a solidariedade. Deve procurar ser, enquanto aqui na Terra, o mais parecido possível de como é quando desencarnado lá no Mundo Espiritual. Assim fazendo, haverá de cumprir sua missão e alcançar o sucesso espiritual almejado ao encarnar. E, quando voltar lá para o Plano Astral, sentir-se satisfeito consigo mesmo por ter conseguido, por ter sido um vencedor.

Mas a maior parte dos Trabalhadores da Luz perde-se aqui na Terra. Isto faz com que a força das Trevas predomine cada vez mais, em um círculo vicioso que só irá reverter quando os Trabalhadores da Luz despertarem e assumirem a sua missão. Essa é a Mensagem do Mundo Espiritual para nós: acordem, levantem e lutem! As nossas armas são o Amor, a Força espiritual, a Dignidade, a Honestidade, a Confiança em nós mesmos e em nossos Mentores, e uma Sintonia permanente com o Alto.

OS TRABALHADORES DA LUZ NA TERRA

Uma grande parcela de pessoas que sofrem de depressão, de tendência de isolamento, sensação de solidão, falta de afinidade com as demais pessoas, dificuldade de convívio, não se sentir parte, uso de bebida alcoólica, cigarro e outras drogas, são Trabalhadores da Luz na Terra mas esqueceram disto.

São Espíritos de ego mais adulto, levam as coisas mais a sério, têm uma sensação de que existe algo a fazer e não estão fazendo, geralmente não entendem o que é, não sentem afinidade com um sistema de vida como o nosso de nível infanto-juvenil, têm a sensação de ser um peixe fora d'água.

Se um destes Trabalhadores da Luz optou por reencarnar em uma família onde haja um ou mais membros similares, pelo menos sente que não é só ele (a) que é assim, seu pai, sua mãe, um parente, também é "diferente". Mas se sua programação foi por nascer em uma família materialista, de mentalidade curta, superficial, se apenas ele (a) é assim, o isolamento, a busca de solidão, ou o uso de bebida e outras drogas "para ser igual", são usuais a depressão e, muitas vezes, ideias suicidas.

O Paradigma psicológico e o psiquiátrico oficial não alcança essas pessoas, fica apenas na superfície, na infância, na relação com seu pai (que escolheu), com sua mãe (que escolheu), com os fatos e situações de sua vida, ou seja, não tem a profundidade necessária para buscar entender o que essas pessoas sentem realmente. Elas mesmas não sabem o que é essa sensação de ser diferente, de inadequação, de estranheza, essa falta de alegria, este peso. Elas necessitam ser tratadas por pessoas que as entendam, que são também Trabalhadoras da Luz na Terra, que sabem o que é isto porque também sentem.

Os Trabalhadores da Luz na Terra vieram para trabalhar, não para brincar ou divertir-se, são Espíritos de ego adulto. Quando eu digo “para trabalhar” estou falando de trabalhar para melhorar o mundo, colaborar para termos um sistema mais justo, diminuir a desigualdade social, a violência, a miséria, a fome, as guerras. Vieram para ser úteis, como são quando estão no período intervidas, em que o sistema é adulto, onde as prioridades são o estudo, o trabalho e o lazer saudável. Lá predomina o “aproveitar o tempo”, aqui o “passar o tempo”.

Os Trabalhadores da Luz são guerreiros e guerreiras da Luz em missão superior. Aqui chegando, o sistema se encarrega de lhes retirar a espada e a lança e substituí-las por bobagens e penduricalhos. Os Trabalhadores da Luz desarmados tornam-se presas fáceis da televisão, da propaganda, da mídia, do “É assim que as coisas são!”, do “Adolescente é assim...”, e adotam um modo de vida baseado na solidão, no isolamento, ou no fingimento de que são iguais, mas não são.

E daí, chegar ao uso de bebida, de cigarro, de outras drogas, à depressão, ao suicídio, é apenas o passo seguinte, já estava anunciado. Se optarem pelo isolamento, pela solidão, não irão cumprir a sua missão. Se optarem pelo fingimento de que são iguais, também não. Qual é a única saída? Saberem quem são, o que vieram aqui fazer, qual a sua missão, como realizá-la.

A Psicoterapia Reencarnacionista faz isto. É uma Terapia que oportuniza, terapeuticamente, a recordação de vidas passadas, em um processo ético, comandado pelos Mentores Espirituais das pessoas. Ela oportuniza a recordação dos períodos intervidas após cada vida passada ser recordada, para que lembremos quem e como somos quando estamos no Mundo Espiritual. Sua finalidade é oportunizar a recordação de qual a nossa missão, qual a nossa programação, para essa atual encarnação.

Os livros espiritualistas dizem que multidões de Trabalhadores da Luz, de Missionários e de Mensageiros vêm para a Terra em missão mas raros conseguem cumprir ao que se

determinaram, a imensa maioria perde-se aqui na Terra, muitos através do suicídio. Para mudar essa estatística, a Psicoterapia Reencarnacionista, a mesma Terapia utilizada no período intervidas e o Telão (aqui, por enquanto, mental), veio para a Terra. Nestes cerca de 20.000 casos de pessoas em que trabalhei com a recordação de suas vidas passadas e seu retorno ao Mundo Espiritual (período intervidas), praticamente todos ao voltarem, referem arrependimento (pelo que fizerem e pelo que não fizeram quando estavam na Terra) e vergonha por terem fracassado. As 3 frases mais ouvidas nestes momentos são: "Ah! Se eu soubesse!", "Ah! Se eu tivesse me lembrado!" e "Não se preocupe, você terá uma nova oportunidade!". Pois bem, Trabalhadores da Luz, essa é a nova oportunidade.

Este livro é, basicamente, de um espiritualista para espiritualistas (embora não é proibido a não-espiritualistas, claro). Estou falando nisto porque a grande maioria dos espiritualistas são Trabalhadores da Luz que vieram para a Terra em missão. E esta missão é uma só: colaborar para um mundo melhor!

Cada um de nós escolhe em que área vai atuar, de acordo com seus talentos, com um impulso que vem de dentro de si, uma atração por uma certa atividade, uma determinada profissão, uma finalidade, uma meta, um objetivo, seguindo uma força interior que vai lhe conduzindo, lhe levando, às vezes até sem saber bem porque está seguindo naquele sentido.

Todos nós reencarnamos com uma programação que inclui a nossa evolução pessoal (a 1ª missão) e uma atuação externa (a 2ª missão), mas a grande maioria de nós esquece de ambas e vai vivendo meio às tontas, fazendo o possível para manter-se vivo, que é o instinto básico de todo ser vivo. Vamos procurando nos adaptar ao meio, às normas e regras de nossa família, das pessoas de nosso convívio, da nossa raça, da nossa religião, do que nos ensinam no Colégio, na Faculdade, mais tarde vamos nos adaptando ainda mais para termos um emprego, um trabalho, depois casamos, a maioria de nós tem filhos, novas

famílias, vamos indo, a vida vai passando, ficando velhos, mais velhos, e, se não morrermos por algum motivo, morreremos de velho. Como respondeu Oscar Niemayer quando lhe perguntaram como fazer para viver mais de 100 anos como ele: "É só não morrer antes..."

A maioria de nós, após morrer, vai para o Mundo Espiritual (período intervidas), muitos necessitam ir para um hospital ou um local de atendimento para recuperar-se, depois da alta começamos a conviver, a participar das atividades do local, um dia somos convidados a assistir palestras, frequentar grupos de estudos, fazer Terapia (com o auxílio do Telão) e aí começa a cair a ficha: fizemos muitas coisas quando estávamos na Terra, mas o que fomos fazer, a Reforma Íntima e a Missão externa, muito pouco, ou nada.

Pergunto, então, aos Trabalhadores da Luz: estão cumprindo a sua missão? Eu, particularmente, nos últimos 2.000 anos, não cheguei nem perto, e, nessa vida, até uns 40 anos. Aí acordei, quando meu pai desencarnou e começou a me aparecer durante o sono e foi me levando para o caminho que estava a mim destinado. Foi por pouco que essa encarnação não foi apenas mais uma que não deu certo.

Você quer chegar lá em cima e ser parabenizado ou consolado? Quer chegar com a agradabilíssima sensação de finalmente! ter conseguido ou dizer aquelas duas frases e ouvir aquela terceira, pela vigésima ou trigésima vez? Essa é uma escolha, uma opção, que todos nós, Trabalhadores da Luz, devemos tomar. O que nosso íntimo nos pede? O que nossos Mentores querem que façamos, ou não façamos? Estamos realmente aproveitando a encarnação ou apenas vivendo? Qual a nossa importância para os outros?

Os Trabalhadores da Luz são pessoas de ego mais maduro, mais adulto, e sentem, dentro de si, que a vida não pode ser apenas isto, acordar, passar o dia, fazer as coisas, jantar, ver TV, ouvir música, dormir, acordar, passar o dia, fazer as coisas, sempre o mesmo, dia após dia, mês após mês, ano após ano.

Sentem que existe algo mais, algo maior, a ser feito, a se dedicarem, mas não lembram.

Por que não lembramos? É uma Lei Divina, baseada na Física. Quando estamos no Mundo Espiritual (período intervidas), evidentemente não temos corpo físico, e então tudo que aprendemos, decidimos, programamos, está no nosso 2º corpo, o corpo astral. Quando encarnados, no período de vigília, a nossa consciência está no corpo físico, ou seja, onde aquelas informações não estão.

A isto chama-se "esquecimento". Mas essas informações podem ser acessadas durante a meditação e pelo exercício de práticas sérias e responsáveis de expansão da consciência (não confundir com alteração da consciência, isto é uma viagem perigosa, muitas vezes sem volta).

Os Espíritos Superiores que trouxeram o Espiritismo através de Allan Kardec, em "O Livro dos Espíritos", na questão 399, ensinam: "*Mergulhando na vida corpórea, perde o Espírito, momentaneamente, a lembrança de suas existências anteriores, como se um véu as cobrisse. Todavia, conserva algumas vezes vaga consciência, e lhe podem ser reveladas. Esta revelação, porém, só os Espíritos superiores espontaneamente lhe fazem, com um fim útil, nunca para satisfazer a vã curiosidade."*

Essa determinação é a Bandeira Ética da Investigação do Inconsciente ("Regressão") da Associação Brasileira de Psicoterapia Reencarnacionista.

Mas, se um Trabalhador da Luz não lembrar durante sua encarnação qual a sua missão, tenho uma dica: veja a quem admira, a que tipo de trabalho uma pessoa ou um grupo de pessoas dedicam-se, em que área, que pesquisa, que trabalho, que tipo de caridade etc. Se sentir uma forte emoção ao pensar nisto, ao ler sobre isto, ao ter contato com esta pessoa ou pessoas, e, mais, se sentir um calor ao seu lado ou atrás de você, e um arrepio percorrer seu corpo, você encontrou a sua missão. Arregace as mangas e comece em seguida. Você está pronto!

E QUEM SE SENTE DIFERENTE?

Muitas pessoas sentem-se perdidas aqui na Terra, com a sensação de que não afinizam com as coisas, não se sentem parte, sentem-se diferentes dos outros (muitas vezes isto incluindo sua própria família) etc. Quero dizer a essas pessoas que entendo disto pois é exatamente o que senti desde que era criança e só fui entender o que era essa sensação pela metade da minha encarnação e hoje não sinto mais.

Essa sensação, muitas vezes, leva a uma tristeza permanente, algo dentro de si, como uma melancolia, pode levar ao isolamento, uma sensação de solidão, pode levar ao tabagismo, ao alcoolismo, ao uso de substâncias químicas, enfim, cada pessoa que sente isto, busca amenizar ou lidar com este desconforto da maneira como entende que pode lhe ajudar.

Com mais de 20 anos de prática de consultório como psicoterapeuta reencarnacionista, lidando com a Reencarnação no consultório, atendendo pessoas, conversando sobre essa atual passagem do nosso Espírito por aqui, escutando seus problemas, suas dificuldades, seus dramas, relatos de sua infância, de seu momento atual de vida, relacionamentos, e tantas coisas mais, agora que eu entendo disto, depois de sofrer desta mesma sensação durante décadas, quero, neste livro, transmitir o que aprendi e o que venho aprendendo sobre o assunto.

Este livro aborda o pensamento suicida. O suicídio para alguém angustiado, desesperado, que não vê solução para seu caso, para sua tristeza, para sua solidão, é uma opção de libertar-se dos seus pensamentos e sentimentos torturantes, acabar com isto, e desaparecer ou subir para o Mundo Espiritual, é uma busca de paz, que não consegue sentir mas anseia ardentemente.

Na verdade, matar o corpo não vai resolver nada, não vai acabar com nada, vai é piorar as coisas, não vai desaparecer e,

geralmente, não vai subir para o Mundo Espiritual, pelo contrário, vai ficar por aqui mesmo, e invisível, ou vai para zonas escuras e tenebrosas do baixo astral. Ou seja, vai trocar o ruim pelo horrível e, convenhamos, isto não é uma atitude inteligente, concorda?

Mas tem de haver uma solução para isto, para esta sensação, para esta tristeza, para este desconforto, este peso, e é sobre isto que estou escrevendo este livro, pois, como falei antes, eu entendo disto porque já passei por isto, não sou um teórico que aprendi sobre este assunto na Faculdade, nos livros, eu aprendi foi na prática mesmo, sofrendo, buscando e, felizmente, encontrando o entendimento e a solução.

O que nos incomoda realmente em qualquer situação da vida? É a maneira como vemos aquilo, como interpretamos o que está acontecendo, qual a nossa ideia a respeito. Isto serve para uma situação afetiva, familiar, social, profissional, serve para tudo na nossa vida. E para quem se sente perdido, abandonado, não se sente parte, não afiniza com as coisas, incluindo sua família ou algum membro específico dela? Como essa pessoa (que pode ser você) pode lidar com isto? De várias maneiras. E de que vai depender lidar de um jeito ou de outro com isto? Da maneira como enxerga a situação (de passado e/ou de presente).

E é sobre isto que estou falando neste livro. Você concorda que uma situação pode ser visualizada sob vários pontos de vista? Para quem não afiniza com sua família, ou alguém em particular, não concorda com suas ideias e concepções a respeito da vida, dos valores etc., a Reencarnação pode trazer respostas, tanto teoricamente como na prática, recordando vidas passadas, se conhecendo melhor. A veracidade de que seres de outros planetas habitam a Terra (não estou falando em ETs, de anteninha, estou falando encarnados como seres humanos iguais a nós), traz uma sensação de que pediu para vir para cá, que tem uma missão a cumprir.

Ser um Espírito de ego mais adulto, mais maduro, estar aqui encarnado em um Sistema infanto-juvenil, traz a compreensão de porque acha tudo tão idiota, tão superficial. E, aliado a isto tudo, saber que existe uma ação de Espíritos das Trevas que querem que matemos nosso corpo para nos levarem para lá, que é o que acontece com bastante frequência nos casos de suicídio, faz com que passemos a cuidar mais do que pensamos, sentimos, fazemos.

Vamos analisar cada uma dessas questões colocadas acima, que já abordei anteriormente e que irei abordar no livro todo. Não esqueça: a finalidade deste livro, e isto faz parte da minha missão, é convencer alguém que pensa em matar seu corpo (que pode ser você) que existem várias maneiras de entender o que acontece consigo. E saber então o que fazer para aproveitar essa encarnação do ponto de vista pessoal, social, profissional e espiritual, ao invés de matar seu corpo para "acabar com tudo", o que não irá acontecer, pelo contrário.

Irá deixar para a sua próxima encarnação tentar fazer o que veio agora fazer, para cumprir sua missão, o que, possivelmente, também não ocorrerá devido à herança que trará consigo de vidas passadas de não afinizar, não se sentir parte, de esmorecer, de entristecer-se, de isolar-se e de querer "acabar com tudo".

Vamos lá:

1. **Não afinizar com sua família, ou um deles em particular, não concordar com suas ideias e concepções a respeito da vida, características de personalidade, modo de ser, atitudes, opiniões, valores etc.** - Se você se enquadra neste grupo, já pensou por que, quando estava no Mundo Espiritual, se preparando para reencarnar, havia milhares de famílias, de pais, de mães, você escolheu essa família, estes pais, esta classe social, cor de pele, cidade, país etc.? Por que escolheu esta configuração? Qual a finalidade disto?

Como foram suas vidas passadas, em que, quem sabe, você e eles ou você e um deles estavam lá? Será que é uma bronca

antiga que combinaram de se encontrar aqui embaixo para terminar com ela ou, pelo menos, amenizar? Você pode ter feito algo ruim ou muito ruim ou horrível com eles ou com um deles? Temos centenas ou milhares de encarnações, será que é a 1ª vez que se encontram? Você sempre foi a vítima?

Sei que não lembramos do passado, pois ele fica escondido dentro do nosso Inconsciente, mas devemos pensar nisto, nem que seja para concluirmos: "Bem, deve ter muita coisa lá no passado, que não lembro, mas se estamos perto, na mesma família, e eu e ele (a) não nos damos bem, não nos afinizamos, isto deve ser um reencontro...

O que será que ele (a) já fez para mim em vidas passadas? O que será que eu já fiz para ele (a) em vidas passadas?". Eu lhe garanto que, um dia, você vai saber, só não posso garantir que seja durante a atual encarnação, pelo menos pela ética do Método ABPR de recordar vidas passadas em que os Mentores da pessoa é que determinam o que cada um irá recordar.

Digamos que alguém matou seu corpo por mágoa ou raiva ou sentimento de rejeição ou abandono ou decepção etc., em relação a seu pai ou sua mãe (que escolheu). Depois de, geralmente, séculos de sofrimento ficando aqui na Terra ou em uma zona escura ou no Umbral, é resgatado e levado ao Mundo Espiritual superior. Recebe um tratamento de longa duração em um hospital ou outro local de atendimento do Astral, vai recuperando a lucidez, vai melhorando, um dia tem alta, vai para o jardim, muitas pessoas de branco, adultos, crianças, pode até encontrar amigos, parentes, conhecidos, que estão lá (incluindo, quem sabe, seu ex-pai, sua ex-mãe, seu (sua) ex-namorado (a), seu ex-marido ou sua ex-esposa), um dia vai fazer Terapia com o auxílio do Telão e, recordando vidas passadas vai entendendo tudo, recordando o que houve entre você e ele (s) ou ela (s) no passado, quando foi vítima, quando foi vilão (ã), a sua programação para a encarnação anterior em que havia pedido para se reencontrarem etc.

E, muitas vezes, até em quantas vidas já havia matado o seu corpo e, dessa vez, fez de novo, além de que o reencontro não adiantou de nada. O que se escuta, então, é: "Ah! Se eu soubesse!", "Ah! Se eu lembrasse!" e "Não se preocupe, você terá uma nova oportunidade!". E essa nova oportunidade pode ser essa atual encarnação.

2. **Seres de outros planetas que vieram viver aqui na Terra** - Quando se fala em seres de outros planetas que estão aqui na Terra, as pessoas em geral acham que estamos falando daqueles seres altos, magros, rosto fino, olhos amendoados, braços e pernas longas, não-sei-quantos-dedos etc.

O que estamos falando é de seres de outros planetas que encarnam aqui na Terra em corpo humano, semelhante a nosso, não se diferenciam, externamente, de nós, mas em seu íntimo, por esqueceram de onde vieram e para o quê, se sentem estranhos, diferentes, não afinizam com as coisas daqui, podem se achar mais, podem se achar menos, podem desejar ocupar lugares de destaque em alguma área (e neste caso geralmente conseguem pela sua maior inteligência), podem se fechar, se isolar, podem ser brilhantes na Ciência, no esporte, na música, nas artes em geral, podem se bloquear e não soltar seus talentos etc.

Enfim, estes seres que vêm de planetas mais desenvolvidos que a Terra, reagem de várias maneiras quando aqui encarnados. Para o tema deste livro, importa mais falarmos dos que sentem uma tristeza, uma saudade vaga que não sabem de onde vem, uma tendência de achar tudo chato, sem sentido, criticar tudo e todos, se embutirem em si mesmos, podem cair no vício das drogas lícitas ou ilícitas e, muitas vezes, pensam em "acabar com isto", pensam em matar-se por não aguentarem mais.

Conheço pessoas que garantem que vieram de outro planeta e querem matar-se para voltar para lá. Só que, dessa maneira, é que não irão conseguir, pois quando alguém mata seu

corpo, sai de dentro dele com uma frequência muito baixa e para acessar vibratoriamente os seus afins daquele planeta e, até, voltarem para lá, é necessário exatamente o oposto: estar com uma frequência muito elevada, compatível com eles, com aquele planeta.

Portanto, se você acredita que é, ou realmente é, de outro planeta, precisa elevar a sua frequência até aquele nível, e não é com tristeza, com isolamento, com solidão, com bebida alcoólica, com drogas, que vai conseguir. Sabe como é? Vou lhe dizer. Por que alguém vem de um lugar superior para um inferior? Acertou: para ajudar as pessoas daquele lugar. É assim que você vai, um dia, poder retornar ao seu planeta. É como sintonizar uma rádio, a rádio Terra é de frequência baixa, as rádios Órion, Sírius, Vênus, Júpiter e outras são de frequência alta. Como está a sua frequência?

Muitas pessoas zombam de quem acredita que existe vida em outros planetas e um intercâmbio de seus habitantes, mas já nos livros espíritas, na metade do século 19, os Seres Espirituais superiores falavam isto. E você sabia que os cientistas calculam que apenas na nossa galáxia, a Via Láctea, existem 200 a 400 bilhões de estrelas? E as suas estimativas apontam para centenas de bilhões de galáxias no Universo? Isto resultaria na existência de mais de 10 sextilhões de estrelas!

Para comparação, o número de estrelas no Universo pode ser maior do que o número de grãos de areia na Terra, ou da ordem do total de células existentes em todos os seres humanos do nosso planeta. E tudo isst desabitado e apenas um planetinha chamado Terra com habitantes...

Se você é, ou acredita ser, de outro planeta, lhe dou um conselho: aceite isto, lembre que você pediu para vir para cá ajudar a humanidade e assuma essa missão! Você é importante, faça o que veio fazer. A área que você vai atuar fica a seu critério, onde for mais útil, onde sentir que pode colaborar efetivamente. Eleve a sua frequência, somente dessa maneira poderá sintonizar com seus afins de lá e, um dia, retornar. Mas,

isolar-se, embutir-se, deprimir-se, matar-se, vai adiar isto a, quem sabe, para sempre.

3. **Ser um Espírito de ego mais adulto do que a média das pessoas** - Como já falamos anteriormente, as pessoas podem ser classificadas em 4 tipos, segundo apresentam um predomínio do seu ego infantil, do seu ego adolescente, do seu ego adulto ou do seu ego ancião. O nosso Sistema foca basicamente sua atenção na manutenção de um nível infanto-juvenil em relação a nós, oferecendo serviços, produtos, divertimentos, passatempos compatíveis com estes níveis pois, assim, consegue nos manipular. O que o Sistema deseja é manter as coisas como estão e dominando a nossa mente, os nossos desejos, os nossos sonhos de consumo, nos convencendo que coisas sem importância são importantes, que coisas importantes são chatas ou cansativas, como que nos hipnotiza, nos mantendo submissos a ele. Quem comanda o Sistema? Os donos do poder, os que acumulam 99% do dinheiro circulante em nosso planeta, os que comandam o sistema financeiro internacional. Por que iriam querer mudar as coisas são estão boas (para eles)? E oferecendo balas e guloseimas para as crianças e passatempos e diversões para os adolescentes nos mantém sob controle. Criando uma situação de miséria, de fome, em uma enorme parcela da população mundial, mantém essas pessoas focadas apenas na sua sobrevivência, sem tempo ou possibilidade de "incomodar" o Sistema.

Mas existe uma categoria de pessoas que possuem um ego mais maduro, mais adulto, e enxergam isto, ou não enxergam mas sentem que existe algo de muito errado no nosso mundo. Essas pessoas podem ser de qualquer faixa etária, a idade do corpo muitas vezes não reflete o grau evolutivo espiritual de alguém. De algumas décadas para cá vem aumentando muito o número de Espíritos reencarnando com a missão de mudar o Sistema. Não é uma missão fácil pois exige uma coragem para

dizer “Não!” ao que nos oferecem, para ser diferente dos padrões estabelecidos pela sociedade.

A maioria não consegue e aí está uma das maiores causas do isolamento, da solidão, do alcoolismo, da drogadição, da depressão e do suicídio. Se você se enquadra neste grupo e, se está lendo este livro significa que não se matou, tenho a solução para o seu caso: assuma quem você é, o que veio fazer nessa atual encarnação, seja honesto (a) consigo mesmo (a), aprenda a dizer “Não!”.

4. A ação de Espíritos das Trevas - aí funciona como se fosse uma parceria: os donos do poder e do dinheiro e os seres das Trevas. Não quero dizer que os que comandam o Sistema são seres das Trevas, embora alguns sejam realmente, até mesmo dirigentes do Umbral encarnados. Mas sim, que estão colaborando com as Trevas, pois sendo os visíveis são os que criam e mantém a absurda desigualdade social, a miséria, a falta de comida, de água, de saneamento, de educação, em bilhões de pessoas. É uma maldade sem limites! Podemos dizer que quem cria e mantém isto está a serviço da Luz? Não, são representantes das Trevas. Na verdade, eu sinto dó, compaixão e piedade por eles, pois trocam algumas décadas de luxo e conforto por séculos de sofrimento após seu desencarne, com exceção dos dirigentes encarnados do Umbral que, após morrer, são recebidos com festa ao lá voltar.

PESSOAS (QUE AFIRMAM SER) DE OUTRO PLANETA

Nós estamos vivendo uma época de descobrimentos, de desbravamentos, de procurar alcançar outros mundos, viagens espaciais, a física quântica, a relatividade de tudo, similar, digamos, à época do descobrimento de outros continentes, outras terras. Tanto naquela época como hoje, isto desperta várias opiniões, vários posicionamentos, a favor, contrários, irônicos, positivos, negativos etc., por parte das pessoas em geral. Já os que se dispõem a essas aventuras que vão além do normal das coisas, acreditam realmente na hipótese de haver algo muito importante a desvendar, muitos até fazendo disto um dos seus principais motivos existenciais, fanatizando-se por isto, negativa ou positivamente.

Entre o século XV e o XVII, pessoas como Vasco da Gama, Cristóvão Colombo, Pedro Álvarez Cabral, Fernão de Magalhães, Bartolomeu Dias, Américo Vespúcio (para ficarmos nos mais conhecidos aqui no ocidente) e outros, acreditaram realmente que havia algo a descobrir além-mar, e aventuraram-se em busca disto. Podemos imaginar as repercussões de quem acreditava neles, de quem não acreditava, a reação de suas famílias, de seus conhecidos, da população em geral. Mas eles acreditavam e provaram que estavam certos.

De algumas décadas para cá, o mesmo fenômeno se repete, agora não mais além-mar mas, digamos, além-céu. Viagens a outros planetas... Vida em outros planetas... Busca de contato com seres de outros planetas... Pessoas que afirmam categoricamente terem tido contato e, até, terem sido abduzidos e levados ao interior de naves... Séries de TV, filmes, revistas... É similar ao que aconteceu naqueles séculos e as reações continuam praticamente as mesmas daquele tempo.

Mesmo sujeito a críticas, ironias e ceticismo de muitas pessoas, me permito colocar aqui trechos a respeito deste assunto que constam em

https://guardioesdahumanidade.org/blog/vida-extraterrestre-na-visao-kardec-chico

"... Kardec já se referia à existência de vida inteligente em outros mundos habitados. Este periódico, com a função de divulgação da Doutrina Espírita, foi lançado por Allan Kardec com recursos próprios, em 1º de janeiro de 1858, em Paris.

É importante também salientar que não foi somente Kardec que se interessou pelo tema. Antes dele, Margaret Fox, uma das irmãs Fox que deram origem ao Espiritismo na América, havia mencionado o assunto. No Brasil, vários médiuns trataram da temática extraterrestre. Chico Xavier, por exemplo, psicografou *Cartas de uma morta*, pelo Espírito de sua mãe, Maria João de Deus, cuja história se passa em Marte; e *Crônicas de além-túmulo*, pelo espírito Humberto de Campos, em que se narra, no capítulo 24, uma reunião à qual compareceram anciãos da sociedade de Marte, estudiosos de Saturno, cientistas e apóstolos de Júpiter e outros representantes da vida do nosso Sistema Solar.

O livro *A caminho da Luz*, de Emmanuel, revela como extraterrestres, oriundos de diferentes mundos da Constelação do Cocheiro, chegaram à Terra e se miscigenaram com os habitantes do planeta, impulsionando a sua evolução. Por sua vez, Hercílio Maes recebeu, do Espírito Ramatis, a obra *A vida no planeta Marte*. Nela, Ramatis explica que o marciano não apresenta as mesmas características substanciais do terráqueo, pois, apesar de ter a mesma forma, vibra num plano mais energético que material; seu mundo situa-se num campo vibratório adequado a seu corpo físico, ou seja, é menos material que o nosso. Os Espíritos ali encarnados pertencem, quase que exclusivamente, à nona classe, a dos Espíritos impuros. Vários outros pequenos globos estão, com alguns matizes, na mesma categoria.

A Terra viria em seguida; a maioria de seus habitantes pertence incontestavelmente a todas as classes da terceira ordem e uma parte bem menor, às últimas classes da segunda

ordem. Os Espíritos superiores, os da segunda e da terceira classe, aqui cumprem, algumas vezes, missões de civilização e de progresso, mas constituem exceções.

Mercúrio e Saturno vêm depois da Terra. A superioridade numérica dos Espíritos bons dá-lhes preponderância sobre os Espíritos inferiores, do que resulta uma ordem social mais perfeita, relações menos egoístas e, consequentemente, condições de existência mais felizes.

A Lua e Vênus encontram-se mais ou menos no mesmo grau e, sob todos os aspectos, mais adiantados que Mercúrio e Saturno. Juno 18 e Urano seriam ainda superiores a estes últimos. Pode supor-se que os elementos morais destes dois planetas são formados das primeiras classes da terceira ordem e, em sua grande maioria, de Espíritos da segunda ordem. Os seus habitantes são ali infinitamente mais felizes que na Terra, em razão de não terem de sustentar as mesmas lutas nem sofrer as mesmas tribulações, assim como não se acham expostos às mesmas vicissitudes físicas e morais.”

Vários artigos foram publicados na Revista Espírita descrevendo a realidade da vida de extraterrestres que deram informações, inclusive sobre costumes, moradias, alimentação e meios de transporte e comunicação. Por exemplo, sobre o planeta Júpiter e seus habitantes há informações quanto à conformação física, que é quase igual à nossa, porém, a densidade de seus corpos é tão pequena que pode ser comparada à dos nossos fluidos imponderáveis, tendo o aspecto vaporoso, imaterial e luminoso, principalmente nos contornos do rosto e da cabeça. Este brilho magnético é semelhante àquele que os artistas simbolizaram na auréola dos Santos. O habitante de Júpiter é grande, maior que o terráqueo, seu desenvolvimento é rápido, e sua infância dura apenas alguns meses. A duração de sua vida equivale a cinco de nossos séculos. Falam ainda sobre a locomoção, que é fácil e obtida pelo esforço de vontade, pois, como a densidade do corpo jupteriano é pouco maior do que a atmosférica, ele se liberta facilmente da atração

planetária. Enquanto aqui andamos, eles deslizam pela superfície com a facilidade de um pássaro no ar.

Um jovem literato e médium chamado Victorien Sardou, contemporâneo de Allan Kardec, teve a oportunidade de desenhar cenas que retratam habitações, moradores e cenas do dia a dia da civilização daquele planeta. Teve a orientação do Espírito Bernard Palissy, que nasceu em 1510, em Lacapelle-Biron, na França, e faleceu na Bastilha, em Paris, em 1590. Após a sua morte, Palissy migrou e se tornou habitante de Júpiter, segundo o próprio Allan Kardec.

Ele explicou a atmosfera do planeta, diferente da terrestre, a água do planeta é mais etérea, mais parecida com vapor. Algumas plantas assemelham-se às nossas, e existem flores com uma textura tão delicada que são quase transparentes. Com relação às habitações, disse que o material com o qual são construídas as casas de Júpiter é um dos materiais mais resistentes do lugar, mas poderia fundir-se sob a pressão dos dedos humanos, como se fosse neve. Trouxe, inclusive, detalhes de como as vidraças são feitas de um material semelhante ao vidro, líquido e colorido, que endurece ao tomar contato com o ar.

Os jupterianos comunicam-se por telepatia, mas também se utilizam de linguagem articulada quando em contato com seres de outros orbes. A segunda visão, ou clarividência, é permanente. O estado rotineiro deles pode ser comparado ao de um "sonâmbulo lúcido", e é por isto que podem comunicar-se conosco com uma facilidade maior que habitantes de mundos mais grosseiros e materiais."

Voltando, por que estou colocando essa questão neste livro? É que muitas pessoas afirmam terem vindo de outro planeta e a maioria delas diz que não se sintoniza com as coisas da Terra, se sentem diferentes, se sentem um "peixe fora d'água", que ninguém lhes entende, e isto pode ser real mas os profissionais de saúde mental interpretam como um sintoma de

doença e não dão espaço para o assunto. Essas pessoas referem uma tristeza permanente, uma espécie de melancolia, uma saudade vaga de um outro lugar, muitas vezes isto leva ao isolamento, à solidão, à depressão, ao tabagismo, ao alcoolismo, ao uso de drogas ilícitas e, inclusive, a ideias suicidas, muitas vezes chegando a tentativas disto.

Embora algum leitor possa estar pensando "Isto é bobagem!", "Falta do que fazer!", "Vai pegar numa enxada!", "Coisa de maconheiro!", pergunto: E se alguns deles estiverem certos, realmente vieram de outro planeta? Não digo todos porque isto entrou na moda e quando algo assim entra na moda, gera de tudo, fatos reais, invencionice, "viagem", busca de explicação para uma sensação de solidão, de não-afinidade com as outras pessoas e até vaidade e orgulho de "ser de outro planeta."

Mas, repito, e se uma certa porcentagem dessas pessoas está falando a verdade, são realmente de outro planeta e vieram para a Terra e não conseguem adaptar-se aqui, afinizar, sentir-se parte, ter uma sensação de pertencimento? Neste caso devem receber um Tratamento por parte de um profissional de saúde mental que, pelo menos, não descarte imediatamente essa possibilidade e, até melhor, quem acredita que essa hipótese pode ser real.

Mas quem são estes profissionais? Os psicólogos aprenderam e praticam uma Psicologia dessa vida apenas, segundo a qual nós surgimos de repente e, ao morrermos, acabou-se. Os psiquiatras enfeitiçaram-se pelo cientificismo da Psiquiatria "moderna", pelos neurotransmissores e pelos exames multicoloridos de imagem. Quais profissionais podem tratar dessas pessoas? Nós, os terapeutas alternativos.

Mas estamos capacitados para isto? Que eu conheça (e em mais de 20 anos de atuação nessa área, conheço muitos), praticamente todos os terapeutas alternativos acreditam que muitas pessoas realmente vieram de outro planeta e, mais, muitos acreditam que isto diz respeito a si mesmo. Bem,

acreditar que pode ser real é uma coisa, tratar essas pessoas é mais do que isto. Elas querem uma solução para sua tristeza, para sua solidão, para seu isolamento, para o uso de drogas lícitas ou ilícitas, para ideias de matar-se e voltar para seu planeta. No fundo, elas querem o que todos querem: sentir paz, leveza, sentir-se bem, ser feliz.

Mas muitos não conseguem porque realmente não são deste planeta, são de outro e acreditam que, apenas voltando para lá. alcançarão a paz e a felicidade que almejam. É quase a mesma coisa que acontece com pessoas que querem morrer, matar-se, para voltar para o Mundo Espiritual e, lá, sentirem a paz e a alegria que aqui não sentem.

Eu tratei e trato muitas pessoas com essa ideação e desejo de voltar para seu planeta, muitos alunos do Curso de Formação em Psicoterapia Reencarnacionista também referem essa problemática, o que eu faço? Em primeiro lugar, após escutar com atenção e respeito, deixo claro que, na minha opinião, pode ser real mas também pode não ser. Quem sou eu para saber com certeza?

Se estão dizendo, se sentem isto, então o seu problema é este e, como todo problema, existe para ser resolvido. Como? Com o passo seguinte que é abrir-se para seus Mentores Espirituais disponibilizarem vidas passadas suas, através das Sessões de Investigação do Inconsciente ("Regressão"), para sabermos o que Eles desejam que a pessoa acesse, recorde, entenda.

Na verdade, estamos continuando o trabalho do Dr. Freud de investigar o Inconsciente das pessoas em Tratamento para saber o que se oculta lá dentro. De uma maneira simplista, podemos dizer que lá dentro está tudo que não lembramos, todo o nosso passado, um campo enorme de pesquisa que a Psicologia dessa vida apenas e a Psiquiatria do cérebro deixam para lá, em nome de um cientificismo que, na verdade, camufla uma atitude anticientífica, que é não pesquisar o que não

acredita, de só investigar o que já acreditava antes. Isto é científico?

Se os Mentores da pessoa disponibilizarem essa informação, de que realmente ela veio de outro planeta, já é um ponto a favor de sua afirmação. Mas ainda não é a prova final, pois existe o animismo, que pode manifestar-se durante uma Sessão de Investigação do Inconsciente, e aquilo ser uma situação "passada" criada por ela e não ser real. Embora possa ser real, mas como identificar uma e outra?

Sei que dei uma esperança para as pessoas que afirmam ser de outro planeta logo ali em cima e a estou diminuindo agora, então temos de chegar a um consenso, sob pena do Tratamento transformar-se em "Realmente veio de outro planeta" ou "Pode estar imaginando e não ser real", e ficaríamos na mesma, num beco sem saída. E um Tratamento que se preze, pelo menos, tem de mostrar que tem uma saída, mesmo que, neste caso, não apostemos todas as nossas fichas no que a pessoa afirma.

O que a pessoa sente, isto é real! Os seus sentimentos, seu sofrimento, suas dificuldades, são reais, ela veio em busca de ajuda, ela quer sentir-se bem, quer sentir paz, felicidade, deseja sentir-se parte, amar e ser amada. Mas, ao mesmo tempo, acredita (verdade ou não) que é de outro planeta e aqui na Terra isto nunca será alcançado. Será que não? Pode acontecer, sim. Como? Vamos ver agora.

Todas as pessoas que afirmam ser de outro planeta, sempre dizem que lá é superior à Terra, nunca vi alguém dizer que veio de um planeta inferior. Talvez os que vieram de um planeta inferior não venham fazer Terapia, apenas os que vieram de um superior.

De qualquer maneira, como, pela nossa Ética, as recordações são comandadas pelos Mentores Espirituais das pessoas, se Eles mostrarem que realmente alguém é de um outro planeta, saberá que o que sente e afirma é verdadeiro e, ao mesmo tempo, como é lá, qual o grau de evolução da

humanidade daquele planeta e por que e para quê veio para a Terra.

No caso de, então, ser realmente de outro planeta e ele for superior à Terra, para, um dia, retornar para ele (provavelmente sem ter cumprido a sua missão), necessitará realizar um trabalho interno e externo de elevação de sua vibração, que permita sintonizar com aquela humanidade. Mas se ela, pelo contrário, não está com essa frequência, sente tristeza, abandono, solidão, vive geralmente em isolamento, é ensimesmada, quieta, cabisbaixa, não solta os seus potenciais ou muito menos do que poderia, a sua disposição de ajuda a outras pessoas é muito aquém do que poderia, a sua atuação na área social, na área da saúde, na área da mediunidade, mesmo nos relacionamentos familiares e com as pessoas em geral, é um mínimo do que poderia ser, pergunto: Isto eleva a sua frequência ou a rebaixa cada vez mais?

Se realmente veio de um planeta superior mas mão solta a sua luz, não brilha para ajudar pessoas a clarearem seus pensamentos, não libera sua força, suas virtudes, seus talentos, seus dons, vivem mais em seus pensamentos, são pessoas boas, bem intencionadas, sensíveis, caridosas, mas exercem isto o mínimo porque são de outro planeta, vai alcançar o nível vibratório das pessoas de seu planeta dessa maneira? Não vai. Vai poder voltar para lá? Não vai.

Até exercer a missão de alguém que vem de um lugar mais evoluído para um menos evoluído: dedicar sua vida a ajudar, ajudar e ajudar. Para isto tem de aceitar que, se é diferente, se é mais inteligente, mais mediúnico, isto deve ser colocado na prática da caridade e não virar um mero exercício teórico que não leva a nada nem a levará de volta.

Mas também pode acontecer de, realmente, ser de um planeta mais evoluído, mas ter vindo para um menos evoluído porque rebaixou sua frequência e sua permanência lá tornou-se inviável. E está recebendo aqui a oportunidade de, elevando gradativamente a sua vibração, poderá, um dia, voltar. E o

Tratamento deverá endereçar-se neste sentido: deprimir-se, isolar-se, matar seu corpo, apenas irá piorar as coisas e irá retardar o que mais deseja que é voltar para lá.

E, se por acaso, uma pessoa que acredita ser de outro planeta, na verdade, não for, ou isto não ser mostrado nas recordações de vidas passadas e seus Mentores disponibilizarem vidas passadas onde havia tristeza, solidão, isolamento, dificuldade de relacionamento, mágoas, rejeição, depressão, suicídios e, com os desligamentos promovidos isto melhorar muito e a pessoa ir sentindo-se cada vez melhor, saindo de dentro de si, ficando mais leve, mais feliz, mais ativa, mais participativa, soltando seus potenciais, seus dons, seus talentos, ficando, cada vez mais, uma pessoa importante para os outros, para sua família, para sua comunidade, para o mundo?

Não é isto que ela queria? Pois bem, está conseguindo, está alcançando. Se ela for mesmo de outro planeta, e não lhe foi revelado, com isto vai elevando a sua frequência vibratória e aproximando-se vibratoriamente de sua raça, e poderá fazer o o que veio fazer, poderá cumprir sua missão para, um dia, voltar para lá como uma vencedora!

O nosso Tratamento deve ser de média ou longa duração e pode dar um resultado surpreendente. Cada caso é um caso, as investigações de vidas passadas e dos períodos intervidas podem elucidar o que parece misterioso, fantasioso ou um sintoma de transtorno mental.

ENCONTRANDO A SUA TRIBO

Para quem não afiniza com sua família ou especificamente com algum membro dela, deve focar a sua atuação na resolução disto, lembrando o que falei anteriormente, dito em outras palavras, a cegonha não erra a chaminé... Ninguém recorda todas as suas encarnações anteriores e mesmo as Investigações do Inconsciente (Regressões) realizadas durante um Tratamento com a Psicoterapia Reencarnacionista revela apenas algumas delas.

Ninguém espere entender tudo a respeito de sua encarnação ou um conflito com um familiar através das recordações de seu passado. Irá lembrar e entender o que seus Mentores Espirituais lhes oportunizarem, o que pode recordar, o que está na hora de rememorar e, até, o que aguentaria lembrar. Tente imaginar qualquer um de nós recordar tudo o que fizemos de errado, de prejudicial, de maldades, no nosso passado? E, mais do provavelmente, para aquelas pessoas com quem não afinizamos, de quem sentimos raiva, nos irritamos, criticamos, julgamos, ninguém aguentaria viver com esta lembrança!

O esquecimento é uma benção para nós, por isto os Espíritos Superiores orientaram Allan Kardec que só sob Seu comando o passado pode ser revelado ("O Livro dos Espíritos" - questão 399). E esta é uma das bandeiras éticas da ABPR (Associação Brasileira de Psicoterapia Reencarnacionista), infelizmente não seguido por várias Escolas de Terapia de Regressão, aqui no Brasil e no mundo.

Além da busca de resgate entre Espíritos conflitantes (entre um pai ou uma mãe e um (a) filho (a), entre irmãos, entre casais ou casais separados, entre familiares etc.), um aspecto positivo destes reencontros é revelar a cada uma das partes em litígio o seu grau evolutivo e as características inferiores de seu ego.

Existem pessoas que passam por situações muito traumáticas em sua infância com seu pai ou sua mãe, por

exemplo, mas têm um grau evolutivo superior e conseguem superar o trauma e, de alguma maneira, aceitar aquela pessoa como ela é e mesmo que não cheguem a sentir amor por ela, com o tempo relevam aquilo. Por que conseguem isto? Porque têm um grau evolutivo superior e isto significa que sentem amor no seu coração e onde existe amor não entra a raiva, a impaciência, a crítica, o julgamento.

Mas, infelizmente, ainda poucas pessoas já alcançaram este grau e se, por acaso, você não se enquadra nesta categoria, o meu conselho é que, além de pensar o que pode ter feito para aquela pessoa em vidas passadas, perceba que o que aconteceu no passado ou no convívio atual com ela, isto fez ou faz aflorar em você as inferioridades que você deve minimizar, até, um dia, eliminar. A isto chama-se Reforma Íntima, que é a principal finalidade do ciclo de reencarnações.

Reforma Íntima é irmos ultrapassando o "eu" e nos dirigimos para o "Nós", é irmos ampliando a nossa capacidade de amar, é sairmos do nosso umbigo e cuidarmos do umbigo dos outros. Promover nossa Reforma Íntima é realmente aproveitarmos a encarnação. Se nos deixarmos guiar pelo "eu tenho razão!" provavelmente esta encarnação será apenas mais uma que não deu certo. E quando voltarmos, escutaremos novamente: "Não se preocupe, você terá uma nova oportunidade!".

Encontrar a nossa "tribo" é encontrarmos as pessoas com as quais realmente afinizamos, que pensam parecido conosco, com as quais sentimos uma identidade, com quem nos sentimos bem e podemos ser nós mesmos. Evidentemente, estou falando de "tribos" positivas, não de "tribos" de alcoolistas, de pessoas autodestrutivas, de usuários de drogas, de pessoas dedicadas a fazer o mal. Estas pessoas estão muito afastadas de sua essência divina, de seu verdadeiro Eu, e necessitam entender porque optaram por este tipo de atitude incompatível com níveis elevados de consciência.

Quero deixar claro que não existe julgamento em minhas palavras e, sim, compaixão e desejo de ajudar a estes irmãos e irmãs que se perderam aqui na Terra pois, no fundo, o que sentem é tristeza, mágoa, raiva, indignação, mas colocam estes sentimentos acima de tudo, quando deveriam buscar a sua luz interior e promover uma transformação em si, em sua vida, em seus hábitos, e alinhar-se com a Força Superior.

E, depois disto, irem ajudar a quem está atravessando esta noite escura da alma, usando o seu conhecimento a este respeito, a sua experiência de quem sabe como entrar neste modo de vida, como ele é e como sair dele. E aí entenderem que estavam, na verdade, apendendo, aqui nesta Escola chamada Terra, sobre esta matéria, entraram como alunos e agora são professores (as).

Quem não afiniza com a família (que pediu) ou quem é (ou acredita que é) de outro planeta, encontrando uma "tribo" positiva, isto proporcionará uma sensação de pertencimento, de afinidade, de identidade, que, aos poucos, irá eliminando os seus antigos maus pensamentos, os seus sentimentos inferiores, suas atitudes infantis ou adolescentes negativas, irá lhe ajudar a crescer, a evoluir, a amadurecer, a ser mais feliz, o que se refletirá em sua vida como um todo. E isto incluirá aceitar a quem não aceitava, deixar para lá o que tanto lhe afetava, ir eliminando a tristeza, a mágoa, a raiva.

Quem encarnou em uma família que sente como sua "tribo", ótimo. Escolheu bem ou já merecia isto, por ter alcançado um grau evolutivo elevado. Quem não, faça o possível para dar aos outros um exemplo positivo, seja uma pessoa espiritualmente superior, perceba mais as suas inferioridades do que as inferioridades do outro ou outros, entenda que tudo que aflora de inferior de nós está nos mostrando que ainda temos pouca capacidade de amar, que talvez sejamos iguais ou piores de quem tanto criticamos.

PARA ONDE VAI QUEM SE SUICIDA?

Uma arte que devemos desenvolver é nos prepararmos para a morte do nosso corpo físico. Isto significa irmos, durante a encarnação, melhorando os nossos pensamentos, os nossos sentimentos, o que irá elevar a nossa frequência vibratória, para que, quando chegar o momento que o Universo decidiu que devemos sair deste chão e subirmos para o Mundo Espiritual superior, estarmos com uma frequência compatível com aquele local.

Mas enquanto algumas pessoas fazem isto durante a sua vida e aí terão um bom destino após a "morte", outras, pelo contrário, vão piorando os seus pensamentos e os seus sentimentos. Estas, ao final da encarnação (pela idade, por uma doença, por um acidente ou intencionalmente), sairão do seu corpo com uma frequência baixa e isto fará com que, muitas vezes, fiquem por aqui mesmo, por exemplo, em sua casa, ou fiquem vagando sem destino pelo bairro, pela cidade, procurando um caminho, ou fiquem flutuando em volta do planeta, perdidos, sem rumo, ou vão para o Astral inferior, zonas escuras, sombrias, habitado por pessoas também desencarnadas com a mesma baixa frequência, ou vão para o Umbral, o chamado Inferno, que dispensa descrição. Se tiverem merecimento, poderão receber auxílio de Seres Espirituais superiores que virão lhes resgatar e conduzir ao Plano Astral superior.

Se você é uma pessoa que já teve ou tem ideias suicidas ou aventa esta possibilidade, quero lhe dizer que o seu destino pós-morte é algo totalmente sem garantia, para onde irá, o que acontecerá com você. Se quiser arriscar, só posso lhe desejar boa sorte e esperar que se enquadre no grupo de pessoas desencarnadas que serão levadas para o Alto, mas, se quiser minha opinião sincera, eu não arriscaria o meu destino sem ter certeza de qual seria.

Ninguém tem esta certeza, nem você. Vai arriscar? Acha que seria como um filme que não está gostando, muda para outro? Ou como a TV que pode mudar de canal à vontade? Ou entrar em um site, não curtir, ir para outro? Não, meu amigo ou minha amiga, esta decisão de "morrer" irá determinar o seu destino por décadas, séculos ou até milhares de anos!

Quem mata o seu corpo e fica, em Espírito, em sua casa, o que é relativamente frequente, irá assistir e vivenciar o sofrimento que causou a seus familiares, geralmente um ou mais membros de sua família entrarão em uma tristeza profunda ou em uma depressão terrível, ou alguém desenvolverá uma doença grave motivada pelo seu ato, alguém até poderá, também, se matar por isto.

Pode ser seu pai, sua mãe, um irmão, uma irmã, seu marido, sua esposa, seu filho, sua filha, e você estará ali, invisível, assistindo a tudo isto, sem poder manifestar-se, sem poder pedir perdão, definhando, ficando cada vez mais escuro (a), Espíritos obsessores em sua volta zombando de você, rindo, lhe molestando, ninguém lhe vê, ninguém lhe escuta, todos acreditam que você se matou mas você está ali, vivo (a), sem corpo.

O tempo vai passando, todos, um dia, vão desencarnando, desaparecendo, você fica sozinho (a) na casa, chegam novos moradores, e você está ali, jogado (a) em um canto, sem força para nada, achou que se matando o seu sofrimento desapareceria, percebeu, tarde demais, que aquilo que chamava de sofrimento não era nada perto do que aconteceu com você depois da "morte".

Um dia, depois de muito tempo, você está como enlouquecido (a), não lembra de mais nada, virou um arremedo de um ser humano, vêm Seres lhe buscar e lhe levam para o Mundo Espiritual superior (para uma colônia ou para uma cidade no Astral), vai para um hospital, recebe um longo tratamento de recuperação, de regeneração, vai melhorando, as lembranças vão retornando e, com elas, o arrependimento, a culpa, a

vergonha, você está melhorando mas o sofrimento ainda não acabou, entrou na fase de conscientização do que fez e o que causou aos outros.

Você chora, pede perdão, lhe consolam, dizem que todos erram, que terá uma nova oportunidade, um dia tem alta, vai lá para fora, é um lugar claro, muitas pessoas, homens, mulheres, crianças, você é acolhido (a), ninguém lhe acusa, ninguém lhe julga, ninguém condena o que você fez, a não ser... você mesmo (a).

Vai estudar, frequentar Grupos, fazer Terapia, vai recordando vidas passadas, quantas vezes já se matou, vai se conhecendo melhor, começa a participar das atividades do lugar, tudo vai melhorando, um dia lhe informam que vá se preparando pois se aproxima a hora de voltar para a Terra, tentar novamente, você reluta, tem medo de fracassar de novo, chega a hora, está dentro de uma barriga, nova vida, nova oportunidade.

Um dia nasce, cá está você, pode ser esta vida que está vivendo agora, vai se matar e passar por tudo isto? Vai arriscar?

E quem mata seu corpo e não fica em sua casa, fica vagando pela cidade ou flutuando em torno do planeta ou vai para um lugar escuro, tenebroso, lamacento, fedorento, ou vai para o Umbral. É a mesma coisa ou pior ou muito pior ou muitíssimo pior, vai arriscar?

Meu conselho: fica com seu corpo até chegar a sua hora destinada, enfrente suas dores, sua solidão, suas mágoas, seus sofrimentos. Termos um corpo tem suas vantagens: somos visíveis, nos enxergam, nos ouvem, podemos falar com as pessoas, literalmente ou virtualmente, podemos entrar no Face, no Youtube, no Instagram, podemos deitar e escutar um som, podemos pegar um cineminha, podemos ir comer sorvete, fazer um lanche, assaltar a geladeira, abraçar, beijar, namorar etc., cantar, dançar, tocar um instrumento, estudar, trabalhar, ter nossa própria casa, quem sabe comprar um carrinho, ir para a praia, ter um corpo para passar Sundown, entrar no mar, saudar nossa Mãe Iemanjá, e tantas coisas mais que podemos fazer

quando temos corpo que eu encheria páginas e páginas apenas falando nisto.

Vamos convir que é bem melhor do que se matar para "acabar com tudo..." e passar por tudo aquilo, não acha?

O TALENTO ARTÍSTICO

Muitas pessoas deprimidas, chegando até ao pensamento de “acabar com tudo...” ou, até mesmo, tentando isto, são artistas que ou não desenvolveram sua arte ou a desenvolvem de maneira muito aquém que o seu talento permite. Se ainda são jovens sofrem de uma espécie de tédio, uma sensação de que o dia é longo, é chato, não passa, como uma falta do que fazer. Dormem demais ou atravessam a madrugada em joguinhos no computador ou no celular, um hábito compatível com crianças pequenas e não com adolescentes e, até mesmo, com adultos. São, geralmente, jovens e adultos muito inteligentes, criativos e necessitam estar fazendo alguma coisa.

Só que não fazem o que lhes faria aproveitar o tempo, fazem o que lhes faz passar o tempo... Esta questão de passar o tempo é uma das táticas mais perversas do nosso Sistema, sendo parte da verdadeira lavagem cerebral realizada em todos nós desde que éramos bem pequenos e se estende pela vida toda. A finalidade desta tática é nos viciarmos em passar o tempo e não incomodarmos o Sistema.

Para falar de mim, estou, neste momento, no computador escrevendo mais um pouco deste livro. Está na metade da tarde. Até agora, o dia estava meio chato, sentei para escrever, o dia melhorou. O dia? Não, eu melhorei. Tenho 12 livros editados, uns em papel, outros em e-book. E se eu, com talento para escrever, não escrevesse? Os dias seriam muito chatos, com certeza! Muitos escritores falam que escrevem para não morrer de tédio... Será que o tédio mata? Acredito que sim, quando ele se transforma em doença, em depressão, ou quando faz alguém matar o seu corpo para “acabar com tudo...”.

E se alguém tem o dom da pintura e não pinta? Tem o dom da dança e não dança? Tem o dom musical e não canta, não toca um instrumento? Tem o dom de representar e não atua como ator/atriz? Tem o dom de um esporte e não pratica?

Mas talento artístico não é somente ter um dom para as atividades consideradas como “arte”. Tem pessoas com o dom da mediunidade e não trabalham em um Centro Espírita ou Espiritualista. Tem pessoas com o dom da caridade e não estão integradas a uma ONG, a uma Instituição.

Já ouviram falar do Greenpeace, do Avaaz? São pessoas com o dom da indignação que dedicam uma grande parte de sua vida a ajudar crianças pobres, abandonadas, refugiados de guerra, comunidades assoladas por uma seca, terremoto, tsunamis etc. Você tem este dom? Está exercendo-o? Quer mudar o mundo? Está praticando isto (não teoricamente...)? Ou está passando o tempo? Algumas pessoas com este dom passam seus dias na companhia da Cannabis, substituindo o dom da indignação pelo dom da postergação.

Tem pessoas com o dom de cura, podem ser médicos, enfermeiros, auxiliares de enfermagem, terapeutas alternativos, terapeutas holísticos, ajudar as pessoas, os doentes, mas muitas substituem este dom pela descrença, pela amargura, pelo tédio. Confundem isto com depressão e começa a vir uma vontade de “acabar com tudo...”.

Aliado a não soltar seus talentos, seus dons, existe o trabalhar em algo que não lhe motiva, não lhe emociona. Não sou tão utópico assim, a ponto de achar que todos devemos apenas trabalhar na atividade que é sonho da nossa vida, embora também não ache que não devemos perseguir isto. Sou adepto a nunca abandonarmos o nosso sonho, mas, muitas vezes, prevalece a realidade e isto não ocorre ou não deu ou não dará. Bem, o que fazer? Vamos pensar juntos? Quantas horas tem o dia? Acertou, 24. Dizem que precisamos dormir 8 horas/dia (eu durmo bem menos que isto, mas deixemos assim mesmo). Vamos em frente. Sobraram 16 horas. Digamos que trabalhe 8 horas num emprego ou atividade que não é o sonho de sua vida. Pois bem, sobraram 8 horas.

Você tem muitas opções para estas 8 horas, vamos a elas:

1. Estatelar-se num sofá e ver novela, BBB, um filme americano de violência ou um besteirol qualquer, tomar umas cervejas e ir dormir.
2. Ficar trancado no seu quarto, no computador ou no celular, fazendo qualquer coisa para que passe o tempo ou jogando conversa fora com outras pessoas que estão trancadas no seu quarto, no computador ou no celular, fazendo qualquer coisa para que passe o tempo.
3. Ficar deitado, sem fazer nada, brigando com-não-sei-quem em sua cabeça, magoado, deprimido, de mal com a vida, pensando só bobagem.
4. Desenvolver seus talentos, seus dons, em casa ou em algum lugar: escrever, pintar, cantar/tocar, fazer Cursos (online ou vivencial), ler bons livros, peneirar o que lhe acrescente conhecimento nos sites de conteúdo etc.
5. Pertencer a uma Instituição, a uma ONG, e utilizar este tempo para integrar-se mais a ela, dedicar-se mais, trabalhar mais, ajudar mais, pertencer mais.
6. Ser membro de uma Igreja, de um Centro, um Templo, e integrar-se mais a ela, dedicar-se mais, trabalhar mais, ajudar mais, pertencer mais.
7. Matar seu corpo para “acabar com tudo...”.

Espero que você seja suficientemente inteligente e descarte a opção 7.

O VÍCIO DE FICAR DEMAIS EM CASA

Um dos grandes vícios de pessoas que se envolvem demais com seus pensamentos, está o de ficar demais em casa.

Geralmente, quando se fala em vício, pensa-se logo em tabagismo, alcoolismo, drogas etc., mas, na verdade, existem muitos outros vícios, entre eles o de ficar muito em casa. A casa vai viciando a pessoa, ela vai se envolvendo com seus próprios pensamentos, com os seus sentimentos, com fatos de sua infância, com suas mágoas, as suas frustrações, os seus sonhos não realizados, com a quem culpa por isto, quem lhe fez isto, aquilo, com o que deveria ter feito, com o que não fez e por aí vai. É como uma autofagia de si mesmo.

E, pior, vai enredando-se cada vez mais no "se...". Se não tivesse sido assim... Se tivesse sido diferente... Se o seu pai-não-sei-o quê... Se a sua mãe... Se aquele (a) namorado (a)... Se naquela vez... E de se em se vai se tornando como a água esvaindo pelo ralo da pia, só afundando. Quando vê, entrou pelo cano, e para sair dali... Só se...

A casa tem o poder de nos infantilizar, principalmente se já chegou ou passou dos 20 anos e ainda mora com o pai, com a mãe. Atendo muitas pessoas no consultório de 30, 40 anos de idade, viciados no "se" e que se queixam do seu pai ou da sua mãe, que é chato (a), que só reclama, que enche seu saco... Vou confessar aqui, de público, o que tenho vontade de dizer naquela hora (mas um terapeuta tem de ter um ar de paisagem e não pode falar o que dá vontade de falar...): "Você tem certeza de que o chato é seu pai (ou sua mãe)?" Mas, no máximo, um terapeuta, do alto de sua hipocrisia terapêutica, pergunta, educadamente: "O que você pode fazer a respeito?" O (a) filho (a) de 30, 40 anos, nos olha e começa a desfiar o seu rol favorito de desculpas. Nós escutamos, educadamente, mas se soubesse o que estamos pensando...

Também atendo pessoas mais velhas que moram sozinhas. A maioria acredita realmente que prioriza a liberdade, sem

perceber que, em nome deste desejo de liberdade, está o aprisionamento ao desejo de liberdade. A sua boca sorri mas seus olhos choram. Tudo isto faz parte do vício que a casa transfere a quem dedica muito tempo a ela.

Por que estou falando nisto em um livro que aborda o suicídio? Porque este vício é o maior responsável pelo “Não aguento mais!”.

Posso garantir que, como um psicoterapeuta que acredita e lida com a Reencarnação e a recordação de vidas passadas (“Regressão”), muitíssimas vezes ajudo pessoas solitárias, com dificuldades em evoluir, com bloqueios na libertação de si mesmas, a encontrar a explicação, a causa disto, em seu passado e, através do desligamento de lá, irem conseguindo sair da dependência dos pais ou da solidão de viver só.

A maioria das pessoas viciadas em ficar demais em casa entendem de onde vem este vício e durante o Tratamento vai curando-se dele. São pessoas solitárias há séculos, pessoas de grande sensibilidade que têm dificuldade de adaptar-se a um mundo material, pessoas que (afirmam ser) de outros planetas, pessoas que têm talentos, dons, mas devido a estes bloqueios oriundos de seu passado transpessoal não os liberam, pessoas de grande mediunidade que não desenvolvem este dom, enfim, eu entendo tudo isto.

Mas, ao mesmo tempo, uma coisa é obrigatória: curarem o vício de ficar demais em casa. Não estou me referindo a escritores, pintores, músicos, que dedicam grande parte do seu dia dedicando-se a sua arte, ou seja, ficam em casa produzindo. Estou me referindo a quem fica demais em casa entediando-se, deprimindo-se, num périplo cama/computador/celular/TV/geladeira/cama. Aí chega num ponto em que querem acabar com tudo! Sabe o que tem de acabar? É com isto.

É como quem quer acabar com a sua vida. Elas não querem acabar com a sua vida, querem acabar com a vida que estão levando. Mas então filho (a) de Deus, saia desta vida! Não

consegue? Procure uma Terapia. Não está adiantando? Procure em vidas passadas.

APRENDENDO COM A DEPRESSÃO

Um outro aspecto não conhecido da depressão e pensamentos suicidas, ou tentativas, é que, muitas vezes, nós precisamos passar por algo para aprendermos, em nós mesmos, o que é aquilo para, depois de aprendido, irmos ajudar pessoas que estão passando pelo que nós passamos.

Vamos, então, estudar juntos, o que, muitas vezes, é a finalidade de uma depressão ou ter ideias suicidas. Todos falamos que a Terra é uma Escola. Como é uma Escola? Entramos ignorantes do que se ensina naquela Escola e, um dia, nos tornamos professores. Para tornar-se professor de uma Escola tem que ter estudado e aprendido todas as lições nela ensinadas. Concordamos até aqui? Seguindo. Nesta Escola chamada Terra, ingressamos ignorantes e, um dia, nos transformamos em professores.

Quais são as matérias estudadas nesta Escola? Todas. Como assim, todas? Todas que dizem respeito ao "ser" humano. Por que encarnamos, reencarnamos encarnamos, reencarnamos, centenas ou milhares de vezes? Para termos tempo de aprender todas as matérias.

Quais são as matérias? Todas. Sabem quantas são? Dezenas! Vamos ver se consigo fazer uma listinha das que eu lembrar, baseado nos relatos de vidas passadas de cerca de 20.000 pessoas me contando o que eram, e como eram, em cada uma delas:

1. Ser branco
2. Ser negro
3. Ser indígena
4. Ser honesto
5. Ser desonesto
6. Ser bom
7. Ser mau
8. Ser vítima
9. Ser vilão

10. Ser sociável
11. Ser solitário
12. Ser rico
13. Ser pobre
14. Ser uma pessoa de sucesso
15. Ser um fracassado
16. Morar em uma cidade grande
17. Morar em uma cidade pequena
18. Morar no meio do mato
19. Ser de uma certa nacionalidade
20. Ser de uma certa raça
21. Ser de uma certa religião
22. Ser saudável
23. Ser doente
24. Ser trabalhador
25. Ser meio vagabundo
26. Ser criativo
27. Ser entediado
28. Ser alegre
29. Ser triste
30. Ser deprimido
31. Ser suicida

Etc., etc., etc

Então, com alguma possibilidade, as pessoas deprimidas e as com pensamentos suicidas estão aprendendo esta lição. Como, às vezes, eu consigo ler pensamentos, algum (a) leitor (a) pode estar pensando: “Ah, entendi, então esta depressão, estes pensamentos de matar meu corpo, fazem parte de uma lição. Legal, aprendi!”. Aprendeu? Preciso lhe dizer, com franqueza, que, até agora, aprendeu o que não fazer com isto. Já se considera professor de depressão? Professor de ideias suicidas? Mas se ainda continua deprimido e com estas ideias, desculpe a franqueza, ainda está na sala de aula e, para ser mais franco ainda, sentado nas cadeiras lá do fundo.

Mas pode ir tornando-se professor, vai chegando mais para a frente, vai prestando mais atenção, escute realmente o que o (a) professor (a) está ensinando, vai decidindo que quer, de verdade, aprender esta lição, e, depois, ir ensinar seus irmãos e irmãs que estão precisando aprender a sair disto.

O melhor "terapeuta" para cuidar de um alcoolista ou um usuário de drogas é um ex-alcoolista ou um ex-usuário de drogas. Os psicólogos, os psiquiatras, os psicoterapeutas, são ótimos nisto mas, na maioria das vezes, são ótimos teoricamente, não passaram por aquilo, não sabem o que é sofrer por querer libertar-se do vício e não conseguir (pelo menos nesta vida, em outras não sei). Os que passaram por isto nesta vida lembram como se entra, o que é viver aquilo e como sai. Claro que não existe uma receita única para todos, cada um é um, mas quem viveu aquilo de verdade sabe mais que qualquer profissional que estudou a respeito mas nunca vivenciou aquele sofrimento.

Não estou falando que alguém deprimido, com ideias suicidas ou tentativas, deva fazer uma pesquisa de profissionais que já passaram por isto e escolher apenas um deles. Isto seria alternativo demais, mesmo para um médico e psicoterapeuta alternativo como eu. Mas se a pessoa deprimida, com ideias suicidas ou tentativas prévias, tiver a sorte de encontrar um profissional que já passou por isto, será muito melhor.

Quer sair desta situação? Quer tornar-se professor (a)? Faça Terapia, procure uma ajuda espiritual, vai aprendendo esta lição e procure uma ONG, uma Institução, que ajude pessoas deprimidas, pessoas com ideias de "acabar com tudo", solidarize-se com elas, dê seu depoimento, encontre um sentido para sua vida, sinta a alegria de ajudar, de fazer o bem. Um dia, quando vê, onde ficou aquela depressão? Aqueles pensamentos? Ficaram lá no passado.

Aí virou professor (a)! Aprendeu que a solução não é acabar com a vida, é acabar com aquele tipo de vida. Parabéns, você conseguiu.

DEPRESSÕES POR OBSESSÃO ESPIRITUAL

Todos nós temos Espíritos nos obsediando. Alguns de nós os enxerga e/ou ouve mentalmente as suas vozes, isto não é doença, não é "esquizofrenia", é uma capacidade sensorial especial que chamam de "mediunidade". No caso, a pessoa tem muita mediunidade mas ela não está bem trabalhada, disciplinada, necessita estudar e pertencer a um Centro Espírita ou Espiritualista para aprender a lidar com ela.

O que é "mediunidade"? É a capacidade que muitas pessoas têm de acessar o Mundo Espiritual. Isto é um dom, mas tem uma particularidade: para que seja um dom benéfico (a si e a outras pessoas) exige que a frequência vibratória do "médium" seja suficientemente alta para acessar faixas superiores; se sua frequência é baixa, ou está baixa em um certo momento de sua vida, acessa faixas inferiores, onde estão os "obsessores".

Uma das ações dos "obsessores", no caso os que nos desejam fazer mal, é sugar a nossa energia, o que vai nos desvitalizando, nos deixando fracos, tristes, sem força. Uma das táticas preferenciais deles é nos botar medo, mentir para nós, nos acusar de sermos isso, aquilo, nos convencer de que aquela voz vem de um parente, de um vizinho etc.

Não acredite nisto, é uma maneira de lhe desestabilizar e, somando a isto o diagnóstico psiquiátrico tradicional de que você é um doente mental, o quadro fica assim: ação do Espírito obsessor + o diagnóstico de que é um doente + os efeitos colaterais dos "antipsicóticos". Isto vai fazendo com que a sua frequência vibratória, que já estava baixa, vá baixando ainda mais, e cada vez mais, associado à frustração de não estar estudando ou trabalhando, mais a dificuldade de ter uma vida social e profissional satisfatória, mais a dificuldade de ter um relacionamento afetivo estável etc. Tudo isto é o que provoca os chamados "casos crônicos", "incuráveis", na verdade uma consequência de uma limitação da Psiquiatria.

Mas é possível mudar este quadro. Vamos falar sobre isto:

1. **Obsessão de Espíritos desencarnados** - a solução para estes casos não está no consultório psicoterapêutico ou psiquiátrico e, sim, em um bom Tratamento em Centro Espírita ou Espiritualista gratuito (nada de pagar milhares de reais porque isto não é espiritualidade, é negócio ilícito). Mas estas pessoas devem, além do tratamento desobsessivo, procurar elevar a sua frequência para sair das faixas energéticas inferiores, desenvolver a sua mediunidade em Centro Espírita ou Espiritualista, trabalhar como médium, o que será bom para si e para os outros.

2. **Obsessão de Espíritos encarnados** - é o caso de alguém que reside com uma pessoa triste, amargurada, deprimida, que, sem o querer, suga sua energia além de passar os seus sentimentos para ela. A pessoa que sofre este tipo de influência pertence ao grupo dos "médiuns-imã" e necessita mudar para a "mediunidade-Farol". O mesmo ocorre com muitas pessoas da área da saúde, que atraem para si o sofrimento, as dores, as mágoas, o desalento, dos doentes a quem atende. Ao invés de captar a energia de baixa qualidade dos doentes, pedir para a Luz Divina transmitir, através dela, Força, Fé e Esperança para os sofredores. E também procurar elevar a sua frequência para não ficar sempre captando energias inferiores, desenvolver a sua mediunidade em Centro Espírita ou Espiritualista e trabalhar como médium.

Alguns tipos de obsessão por Espíritos desencarnados

a) O obsessor está ali para lhe fazer mal, está perto por um conflito de uma vida passada, você lhe fez mal em outra vida e ele quer vingar-se. Transmite a você a sua raiva, a sua dor, os seus pensamentos negativos. Se a pessoa obsediada lhe enxerga e/ou lhe ouve, isto é rapidamente rotulado pela Psiquiatria

tradicional como “esquizofrenia”, recebe o rótulo de doente, passa a fazer tratamento medicamentoso para esta “alucinação” com “antipsicóticos” e a tendência, se não for realizado um tratamento espiritual em um Centro Espirita ou Espiritualista gratuito (“desobsessão”), poderá permanecer sob a influência negativa do obsessor por toda sua vida e, pior ainda, mesmo após o seu desencarne. Os chamados “antipsicóticos” são, na verdade, mega-calmantes, que desativam o cérebro e, com isto, não consegue mais ter pensamentos claros, estudar, trabalhar. Muitas vezes os medicamentos atuam nas sinapses cerebrais de maneira que a pessoa não enxerga nem ouve mais a voz do obsessor, mas ele permanece ali, lhe afetando, botando ideias em sua cabeça (entre elas, uma das mais frequentes é de se matar) e a sua vida fica inviabilizada. Por que o obsessor incentiva o suicídio? Porque o nosso corpo é como a nossa armadura e também porque, estando encarnados, podemos ser vistos, desabafar, fazer Terapia, procurar ajuda, mas se matarmos o nosso corpo viramos um Espírito e, invisíveis, estamos sem proteção, desamparados e, comumente, o obsessor, aí sim, faz conosco o que quiser, nos agredir, nos ferir e, muitas vezes, nos levar para o Umbral (“Inferno”). E sair de lá geralmente leva séculos... Achou que matando o corpo ia acabar com tudo? Pois prepare-se, o pior está por vir!

b) O obsessor está perto não para nos fazer mal mas por preocupação, para cuidar da pessoa, para redimir-se de algo que fez, ou deixou de fazer, para ela em vida. Nestes casos, o obsessor não é “mau” mas transmite ao obsediado os seus pensamentos, os seus sentimentos, a sua ansiedade, angústia, dores etc. A solução é o mesmo anterior, realizar um tratamento espiritual em um Centro Espírita ou Espiritualista gratuito (“desobsessão”).

c) O obsessor apresenta o mesmo tipo de vício do obsediado: usar drogas, beber, fumar, hipersexualidade etc. Muitos usuários ou pessoas com condutas que querem abandonar, não o

conseguem devido a presença de Espíritos do mesmo padrão ao seu lado. A solução é a mesma recomendada anteriormente.

d) “Trabalhos” espirituais encomendados: são os casos de “trabalhos” pagos realizados em Centros que fazem este tipo de coisa, com alto custo. Não são locais espiritualizados, é um comércio disfarçado de “espiritual”, comandado por pessoas materialistas, com a sua inteligência dirigida para o Mal. Também muitos casos de obsessão ocorrem em quem se dirige a um destes lugares para encomendar um “trabalho” para atrair um amor, fazer mal para alguém, prejudicar um desafeto etc.; a pessoa passa a ficar vinculada energeticamente aos seres espirituais inferiores dirigentes do local, que não são amigos (as) de ninguém, só querem fazer o mal, seja a quem for.

Todos estes casos expostos acima, e outros, podem redundar em uma depressão severa, resistente aos tratamentos convencionais e a medicamentos, mesmo em altas doses. Falaremos sobre isto, e outros assuntos, durante o livro.

TRATAMENTO PARA PESSOAS DEPRIMIDAS QUE VÊM ESPÍRITOS E/OU OUVEM SUAS VOZES

As pessoas que ouvem vozes, na imensa maioria das vezes estão ouvindo mesmo, são vozes de Espíritos*, cuja presença pode ocorrer por algum tipo de afinidade (um parente ou amigo desencarnado, um ou mais Espíritos desencarnados ex-usuários de drogas, bebida, cigarro, que querem manter este vício, um companheiro ou um inimigo de vidas passadas etc.), algumas vezes simplesmente para estar perto, ter uma companhia, mas, mais geralmente, com a finalidade de perturbá-las, prejudicá-las, para que use drogas, para que beba ou motivados por situações de outras encarnações em que foram suas vítimas ou companheiras.

Uma das maiores causas de pensamentos ou uma ação em relação ao suicídio deve-se a Espíritos obsessores e um tratamento em Centro Espírita ou Espiritualista gratuito é obrigatório, além, claro, de tratamento psicológico (baseado na Reencarnação se esta for a crença da pessoa), mudanças de hábitos, abandono de vícios etc.

Entre os casos em que o Espírito não quer fazer mal, é frequente um amigo ou um parente que “morreu” e não subiu para o Mundo Espiritual, permanecer em sua casa ou buscar a companhia de alguém com quem tinha uma afinidade e ficar ao seu lado em busca de companhia. Já no caso de um Espírito desencarnado ex-usuário de drogas lícitas ou ilícitas, a sua tendência após “morrer” é procurar a companhia de um usuário encarnado para continuar usufruindo da droga através da sua aura.

No caso de ser uma afinidade do passado, ao encontrar o antigo companheiro, de aventura ou de alguma outra ação ou atividade, não enxerga esta pessoa como ela é hoje em dia e, sim, como era lá e permanece daí em diante sintonizado com ela, ao seu lado.

Na verdade, o único poder que um Espírito desencarnado tem sobre um encarnado é o de conseguir entrar no seu pensamento e começar a falar lá dentro, no caso de um amigo ou parente, querendo receber ajuda; no caso de um ex-usuário de drogas querendo que a pessoa use mais e mais drogas para saciar o seu vício (daí o fato de muitos usuários não conseguirem libertar-se do vício, apesar de sua vontade e realização de vários tratamentos médicos e psicológicos); no caso de ser algo do passado, que o obsediado faça hoje o que fazia lá.

Ou no caso de uma vingança, cobrando coisas, ameaçando, dando maus conselhos, incentivando a realizar alguns procedimentos, totalmente inexplicáveis para a própria pessoa e para quem convive com ela (o que se chama de Esquizofrenia, Mania, TOC etc.), ou ter acessos de raiva, quebrar coisas, ameaçar ou tentar ou realmente matar alguém ou matar-se, tirar a roupa, rir de maneira descontrolada, etc.

Já a maioria das ideias chamadas de "paranoicas" são sintonias com vidas passadas onde aquilo que a pessoa afirma ou teme, realmente aconteceu (e ainda está acontecendo dentro de seu Inconsciente) e/ou devido a ação de Espíritos desencarnados sobre o seu pensamento. Neste caso é recomendado, além do tratamento desobsessivo em Centro Espírita ou Espiritualista, gratuito ou a baixo custo para colaborar nas despesas do Centro, a realização de uma Investigação de seu Inconsciente ("Regressão") visando o desligamento de antigas situações que ainda estão lhe afetando atualmente. Este trabalho é muito delicado e deve ser realizado por profissionais altamente qualificados, sérios, responsáveis e éticos, pelos riscos que apresenta, como, por exemplo, fazer com que a pessoa fique sintonizada em seu passado ("ficar lá") ou abrir brechas para antigos inimigos do passado lhe encontrarem.

Infelizmente, como tudo que entra na moda, a Regressão, oriunda da Grécia e do Antigo Egito, vem sendo utilizada por oportunistas, mal-intencionados, ou pessoas bem-intencionadas mas mal preparadas, que fazem um Cursinho de curta duração

ou on-line (!), ou terapeutas que leem alguns livros sobre o assunto e acreditam que já sabem fazer e saem fazendo bobagem, prejudicando pessoas. Felizmente, no Brasil, existem Instituições sérias, honestas, em que é possível a realização de um Curso realmente formador de profissionais qualificados.

As pessoas que ouvem vozes, geralmente, são levadas a tratamento psicológico ou psiquiátrico, mas a maioria dos psicólogos e dos psiquiatras não lida com esta hipótese (obsessão espiritual) e o diagnóstico, invariavelmente, é de Esquizofrenia, e é iniciado o que se chama de Tratamento, mas não é um tratamento que promoverá a cura, primeiramente porque isto não é uma doença, e também por não atingir o foco do problema (a presença de um ou mais Espíritos) e, sim, apenas baixar a dopamina e a adrenalina e aumentar a serotonina, o que dá uma certa sensação de melhoria, mas nunca traz a solução, que só poderá ser alcançada indo até este (s) Espírito (s), em um trabalho de conscientização e/ou de desobsessão direta ou a distância, em um local honesto, apropriado para isto.

O Tratamento medicamentoso pode ser utilizado por um tempo, para a pessoa sentir-se um pouco melhor, enquanto é realizado este procedimento espiritual, diretamente na origem da (s) voz (s) que a pessoa escuta, mas apenas a utilização de medicamentos químicos nunca deve ser "O tratamento", pois é paliativo e superficial e tende a mascarar e cronificar o quadro, como observa-se rotineiramente na prática psiquiátrica de consultório e de internação.

Mas além do efeito apenas paliativo dos medicamentos "antipsicóticos" e suas centenas de efeitos colaterais, o ainda pior é o diagnóstico que aquele médium recebe, pois Esquizofrenia é uma maneira elegante de chamá-lo de louco, mas, apesar da elegância do termo, é assim que ele passa a considerar-se e ser considerado por sua família e círculo de amizades.

E o considerado louco, além de ouvir vozes que apenas ele ouve, que não consegue tirar de dentro de sua cabeça, que,

geralmente, lhe atormentam dia e noite, não o deixam raciocinar, não consegue estudar, trabalhar, levar uma vida normal, ainda tem de conviver com os efeitos colaterais dessas químicas (muitas vezes piores do que os sintomas originais), vive uma rotina de casa-consultório-internação em que os olhares de todos é de pena, de compaixão, pela sua "loucura", pois ninguém acredita nele, o médico não acredita, o psicólogo não acredita, os seus familiares não acreditam, os seus amigos não acreditam, "Ele tem Esquizofrenia, diz que ouve vozes!, coitado!"

A vida acabou para ele, vai ter de tomar remédios a vida toda, vai ser internado de vez em quando, as consultas irão espaçar e serão cada vez de menor duração, para saber como está, ainda ouve vozes?, aumentar a dose, substituir por um "anti-psicótico" mais moderno, um hipnótico para dormir, um antidepressivo para não ficar tão mal, quem sabe um outro calmante para não ficar tão agitado?, e assim vai ser a vida do nosso "esquizofrênico", a dele e seu (s) companheiro (s) desencarnado (s), em uma invisível simbiose.

Um dia pode ocorrer de um Tratamento verdadeiro, em um Centro Espírita ou Espiritualista ou um Templo ou Igreja, dar um bom resultado, com o encaminhamento dos seus acompanhantes invisíveis para o Mundo Espiritual e os medicamentos começarem a ser retirados e, talvez, eliminados, e o nosso "esquizofrênico" poderá, enfim, começar a levar uma vida mais ou menos normal, mas já se passaram muitos anos, está atrasado em relação à evolução natural da vida, ficou com a fama de "louco", não pode rir mais alto, ou ter um ataque de raiva, não pode ficar no seu quarto por muito tempo, não pode usar um corte de cabelo não convencional, ou uma tatuagem meio estranha, "Ele é um "louco" - lembra que ouvia vozes? -, tomou remédio muito tempo, foi internado, coitado!".

A "doença" acabou, mas ficaram as sequelas do tempo perdido, ficou a fama na sua família e círculo de amizades (se é que ainda ficaram amizades), ficou a insegurança familiar de que

a "loucura" possa voltar, ficou a sua própria insegurança disto. E então perguntamos: Por que tudo isto?

Por que as pessoas não procuram diretamente um Tratamento que pode dar resultado, que vá direto na questão, nos Espíritos desencarnados ao seu lado? Por que anos e anos de utilização de medicamentos químicos, paliativos, que todos sabem que não resolvem, apenas desativam o cérebro, diminuem a atividade cerebral, que visam deixar a pessoa mais "calma", mais "tranquila", embora esta "calma e tranquilidade" nunca é referida pelas pessoas, que continuam com os Espíritos ao seu lado, e agora, com o "tratamento" medicamentoso ficam ainda mais impossibilitadas de pensar, raciocinar, estudar, trabalhar, ficando em casa, vegetando, dormindo, vendo televisão, no computador, indo na padaria buscar pão, coisas assim. Os Espíritos iniciam o processo de travá-las, bloqueá-las, os medicamentos químicos completam o serviço.

Antigamente usava-se a lobotomia, cirúrgica, hoje ela é química. Os psiquiatras e os psicólogos são pessoas boas e bem-intencionadas, mas necessitam urgentemente libertarem-se do domínio dos grandes laboratórios multinacionais de medicamentos e do fascínio da modernidade que tende a negar os aspectos espirituais das doenças mentais, ou assim chamadas.

Obviamente, se a pessoa que vê Espíritos e/ou ouve suas vozes mentalmente está ameaçando matar-se ou matar alguém, está demonstrando atitudes de risco para si ou para outras pessoas, ela deve ser medicada e, até, internada, mas, concomitantemente, deve ser iniciado um Tratamento diretamente nos Espíritos que lhe influenciam, frequentando um local espiritual que lide com isto, mas nada de pagar centenas ou milhares de reais, pois isto já demonstra que a finalidade do local é apenas enriquecer os seus dirigentes.

O Tratamento espiritual pode ser realizado mesmo ela tomando medicamentos, isto não interfere no Tratamento, mas se ela não sai de casa, recusa-se a ir, ou se está internada, uma outra pessoa pode ir por ela, servir de intermediária ("ponte"),

fazer desobsessão a distância, que pode dar o mesmo resultado positivo ou, pelo menos, fazer com que ela melhore o suficiente para começar a ir ao local realizar o Tratamento desobsessivo.

Mas, enquanto o médium sem controle sobre sua mediunidade continua obsediado, ouvindo vozes, encolhendo-se com medo, sem saber o que fazer, sentindo-se dominado pelas vozes, acreditando que está louco, deve ser realizado, concomitantemente, um Tratamento psicoterápico adequado a este tipo de situação, um Tratamento que vise:

1. Fazê-lo libertar-se do diagnóstico de Esquizofrenia e assumir o de médium sem controle de sua mediunidade.
2. Mudar de atitude e entender que não é fraco e indefeso e pode conversar com os Espíritos que estão lhe influenciando, incluindo oferecer-se para ajudar estes Espíritos, se eles têm alguma doença, alguma dor, como estão os seus sentimentos, se gostariam de receber uma ajuda, enfim, inverter os papéis, sair do lugar de “dominado” por eles para o de seu “terapeuta” ou “curador”. O único poder que um Espírito desencarnado tem sobre um encarnado é, pelo fato de ser invisível, colocar medo nele e, assim, enfraquecê-lo; se o encarnado não sentir medo e colocar-se acima do desencarnado, falando de igual para igual, ou seja, mostrando que tem autoestima, que não tem medo, que é seguro e confiante, o “poder” do desencarnado termina.
3. Ir a um local especializado em Tratamento espiritual gratuito de desobsessão.
4. Estudar, desenvolver e disciplinar a sua mediunidade, para, em seguida, trabalhar mediunicamente.
5. Concordar em tomar ou manter os medicamentos psiquiátricos se for necessário, pelo tempo necessário, ou mesmo ser internado, se houver um risco para si ou para outras pessoas.

O Tratamento para quem vê Espíritos e/ou ouve mentalmente as suas vozes

Diagnóstico de Esquizofrenia - este é o ponto principal. A pessoa chega no consultório com o diagnóstico de Esquizofrenia e o principal aspecto do nosso Tratamento é fazer com que mude este rótulo ("esquizofrênico") pelo de "médium sem controle sobre a sua mediunidade". Deve entender que está atravessando um momento de vida em que sua mediunidade está fora de controle e necessita aprender a controlá-la e utilizá-la a seu favor e não como uma brecha para Espíritos penetrarem em seu pensamento. Também os seus familiares (que, enquanto nós nos encontramos geralmente 1 ou 2x/semana, estão com ele diariamente, 24h/dia), necessitam entender isto e transmitir este "diagnóstico" para os demais membros de sua família, amigos e conhecidos que estão sabendo o que está acontecendo. Se isto não for feito, não poderemos passar para o próximo passo.

A Psiquiatria primitiva acreditava que tudo era obra dos Espíritos, a Psiquiatra científica decretou que tudo é desequilíbrio dos neurotransmissores, a Psiquiatria do futuro fará uma síntese entre ambas, mas no caso das pessoas que vêm Espíritos e/ou ouvem suas vozes voltará a predominar a Psiquiatria primitiva pois, neste aspecto, é a mais correta.

A partir da mudança do diagnóstico, com a pessoa e seus familiares e amigos entendendo o que realmente está acontecendo, que esta pessoa que ouve vozes não é esquizofrênica e, sim, um médium sem controle sobre a sua mediunidade, o próximo passo é fazer com ela mude completamente de atitude, saia da situação passiva de ser subjugada pelos Espíritos, quer haja ou não uma má intenção deles sobre ela, para uma postura de controle da situação, de diálogo mental com estes seres desencarnados.

Deve passar a exercer o domínio sobre a circunstância e não mais a atitude de submissão, como se fosse um coitadinho, um indefeso. Deve sair desta aceitação passiva do que está

acontecendo, como se fosse um impotente, como se não tivesse Mentores Espirituais, Guias, Seres Espirituais superiores que podem resolver a situação se forem chamados, se forem contatados.

Temos de despertar o Guerreiro interno desta pessoa para que ela saia desta passividade, deste medo, deste encolhimento, transferindo a solução desta situação para o psiquiatra, para os medicamentos, para seu terapeuta. Ela mesma, com a força do seu pensamento, com a ajuda dos Seres Espirituais superiores que lhe acompanham, pode resolver esta questão.

Mas, devido ao rápido diagnóstico de Esquizofrenia, ela, os seus familiares e conhecidos acreditando que as vozes não são reais, são imaginárias, são projeções reprimidas dela mesma, que isto é doença, a pessoa sente-se um doente, sente-se fraca, não crê que tem força para reverter isto, todos acreditam que não tem solução, que terá de passar o resto de sua vida tratando esta "doença", tomando "anti-psicóticos", sendo internada de vez em quando, e então o nosso pobre médium fica sem saída e, provavelmente, a sua vida será assim até o final ou até que vá a um Centro Espírita ou Espiritualista buscar uma solução ou alguém vá por ele ou seus Mentores resolvam assumir o caso e encaminhar os Espíritos que lhe acompanham para o Mundo Espiritual, pondo fim à situação.

A maior ajuda externa para uma pessoa que vê Espíritos e/ou ouve, mentalmente, suas vozes, está em um Centro ou Igreja ou Templo mas, geralmente, não é fácil que vá a um destes locais, porque os Espíritos que lhe acompanham não permitem, não querem que a situação seja resolvida.

E como estão dominando os seus pensamentos, interferem na sua vontade de ir, convencendo a não ir, provocam um incremento do seu mal estar, uma forte dor de cabeça, um aumento súbito da depressão, da angústia, do desânimo, ou uma ideia repentina de que não irá adiantar nada, que isto é bobagem, não vale a pena ir, melhor ficar em casa, e o mesmo,

muitas vezes, ocorre com os familiares que iriam lhe acompanhar.

É importante que o psicoterapeuta dê um destaque para esta influenciação contrária à ida a um local de Tratamento espiritual para que, quando isto ocorrer no dia do atendimento ou na hora de ir, a pessoa e seus familiares decidam ir de qualquer jeito, mesmo sentindo-se mal, mesmo com dor, mesmo achando que não vai adiantar.

Outra tática utilizada pelos Espíritos influenciadores é o contrário, afastarem-se um pouco, liberarem os pensamentos da pessoa, fazerem-na sentir-se melhor, dar a impressão de que houve uma grande e súbita melhora, fazendo com que a pessoa ou seus familiares acreditem que não precisa mais ir ao tratamento, mas, não indo, logo em seguida volta tudo ao que era antes.

Como quem vê Espíritos e/ou ouve suas vozes em sua mente, geralmente, é um médium e não um doente, é obrigatório que passe a frequentar o local espiritual de sua preferência assiduamente, pois embora a Energia Divina e a presença dos Seres Espirituais superiores estejam em todos os lugares, nestes locais está mais concentrada e frequentar periodicamente um Centro, uma Igreja, um Templo, participar das sessões, assistir palestras, receber bençãos, passes, transmissões fluídicas, escutar boas palavras, bons conselhos, boas orientações, traz um bom ou ótimo resultado não só para a pessoa mas também para seus acompanhantes invisíveis.

Embora os medicamentos químicos não tenham capacidade de fazer com que uma pessoa pare de ouvir vozes, pois elas não vêm de seu cérebro e sim de fontes externas, algumas vezes são recomendáveis para que diminua a angústia, a depressão, a instabilidade emocional, a insônia.

A internação somente é recomendável se houver um risco de morte para a pessoa (suicídio) ou para outras pessoas (homicídio), se não, piora o quadro pois reforça o diagnóstico de

"doença", de ser um doente, o que é totalmente contrário ao tratamento que estamos aqui sugerindo.

Então, resumindo, o tratamento para quem vê e/ou ouve vozes de Espíritos é fazer com que saia da condição passiva de doente, de louco, de vítima, de incapaz, para uma condição positiva, ativa, de assumir a sua mediunidade, conversar com os Espíritos que lhe acompanham, saber o que eles querem, se for algo do passado, pedir perdão, propor-se a ajudar estes irmãos desencarnados, não atender seus conselhos de beber, fumar, usar drogas, quebrar coisas, atentar contra sua vida ou de outras pessoas, aprumar-se, erguer a sua cabeça e a sua coluna, desabrochar seu Guerreiro ou Guerreira interno (a), desenvolver sua autoestima, frequentar locais espiritualizados, realizar um tratamento com a finalidade de resolver esta questão, incluindo beneficiar os seres que lhe acompanham.

Em seguida, estudar, disciplinar e desenvolver a sua mediunidade, atender em um local espiritualista para ajudar irmãos e irmãs que estejam passando pelo que passou. Os medicamentos psiquiátricos mais leves como um calmante ou um sonífero podem ser utilizados para acalmar ou dormir melhor mas os chamados “anti-psicóticos”, que, na verdade, são calmantes poderosos que servem para desacelerar o cérebro, devem ser utilizados quando necessário e pelo tempo necessário, enquanto é realizado, concomitantemente, o tratamento psicoterápico e espiritual aqui sugerido.

O PODER DAS TREVAS

Uma das maiores causas de depressão com pensamentos suicidas é a ação das Trevas sobre as pessoas com esta predisposição. Isto necessita ser conhecido de todos nós pois, muitas vezes, um tratamento psicológico ou psiquiátrico, a utilização de medicamentos antidepressivos e mesmo internações, podem não funcionar devido a isto.

Principalmente nós, trabalhadores da Luz, somos os mais visados pelas Trevas, que nos enxergam como seus inimigos, quando, na verdade, não o somos, pelo contrário. As Trevas foram criadas pela raça humana, não existia ao início do surgimento do ser humano na Terra. Mas devido às ações negativas e nefastas realizadas por todos nós, que estávamos aqui desde aquela época, muitas pessoas, após o desencarne, não tinham uma frequência vibratória suficientemente elevada que os capacitasse a subir para o Plano Astral e foram ficando por aqui mesmo.

Com isto, foi-se criando um "Reino" paralelo, dominado pelos mais fortes e mais inteligentes, e, assim, criou-se as Trevas, que foi crescendo e expandindo-se com o tempo, até dominar o submundo terreno, onde domina completamente. Mas como seus dirigentes almejam um poder absoluto sobre a Terra, estão em guerra com os Seres da luz e com os trabalhadores da Luz e com as pessoas de bem em geral. Eles desejam a implantação definitiva de um Reino do Mal, nós desejamos um Reino do Bem, e a guerra é permanente.

A grande maioria dos seres humanos encarnados não sabe disto e vive o dia-a-dia de uma maneira descuidada, lidando com os fatos e situações do cotidiano de uma maneira, digamos, ingênua, pois a maldade não ocupa seus pensamentos com intensidade, salvo as pequenas maldadezinhas diárias que todos nós cometemos.

A exceção a isto são pessoas realmente malvadas, mal-intencionadas, que fazem o mal sabendo que o estão fazendo

mas isto faz parte delas; muitas são dirigentes das Trevas encarnados, outras estão a serviço das Trevas sem o saber. Elas procuram sempre estar por perto do poder e do dinheiro, são calculistas, eminentemente mentais, não colocam o seu coração nas suas metas e objetivos, o seu rosto sem expressão e o seu olhar frio revelam uma psicopatia que quem estuda e lida com isto percebe, e pessoas de mais sensibilidade também percebam.

Enquanto a ação dos Espíritos obsessores que desejam fazer mal a alguém geralmente é motivada por uma questão pessoal, desta encarnação ou, mais geralmente, de encarnações passadas, o ataque sistemático das Trevas aos trabalhadores da Luz não é algo pessoal, é simplesmente porque estes encarnam para trazer mais paz, mais amor, para a Terra, são emissários da Força Superior. Isto contraria o que a Força Trevosa almeja. Nós os vemos como nossos irmãos que podem retornar ao Caminho da Luz, se o desejarem; eles nos vêm como inimigos e nos atacam.

Uma grande parte dos suicídios é provocado pela ação de seres das Trevas em trabalhadores da Luz desavisados. Após o ato, o Espírito, por perder a segurança que o corpo físico proporciona, fica a mercê dos seres que dominaram a sua mente e conseguiram que matasse o seu corpo. Pode, então, ser ajudado por Seres Superiores e encaminhado ao Plano Astral para tratamento e recuperação, para, mais tarde, descer novamente para a Terra e tentar cumprir sua missão ou, após a sua “morte”, ser dominado pelos seres trevosos e levado ao Umbral, onde poderá permanecer até séculos em sofrimento inenarrável.

E, após este tempo, quando conseguir ser resgatado e levado para o Plano Astral superior, enfrentar o arrependimento e a vergonha de ter permitido que isto acontecesse. E escutará: “Você terá uma nova oportunidade!”. Para muitos trabalhadores da Luz, a nova oportunidade é esta encarnação, você lembra disto?

Como a existência das Trevas ainda irá durar muito tempo e esta “guerra” entre o Bem e o Mal continuará este tempo todo, é necessário que os trabalhadores da Luz tenham bem claro:

1. Que isto existe, não é fantasia, não é um exagero, é uma realidade
2. Como ser imune à ação de seres das Trevas sobre nós

Existem vários mecanismos de defesa da nossa mente, entre eles, um em especial chamado “negação”. Este mecanismo faz com que a nossa mente minta para nós que aquilo não existe, que aquela coisa não é tão importante assim, que pode não ser real, ser uma fantasia, uma falácia etc. Aliando-se a negação a uma característica adolescente de grande parte das pessoas - a arrogância - que consiste em acreditar que consigo isto não vai acontecer, que aquilo não lhe afeta, que está acima destas coisas, que é um ser especial etc., o ataque das Trevas encontra portas abertas para invadir a nossa mente e começar um processo de dominação mental (obsessão), até chegar ao ponto de comando total (possessão). Os trabalhadores da Luz são os mais visados porque vieram numa missão de trazer paz, amor, caridade, generosidade, para a humanidade, então são “inimigos” das Trevas.

Vivendo em um Sistema que apregoa o materialismo, a futilidade, o passatempo, as diversões, os trabalhadores da Luz, em sua maioria, esquecem quem são e o que vieram aqui fazer. Este livro, o “Jovens Guerreiros e Guerreiras da Luz” e o “Como evoluir espiritualmente em um mundo de drogas” têm esta finalidade: alertar e orientar os trabalhadores da Luz para que percebam e não caiam nas armadilhas terrenas ou, se já caíram, que saibam sair delas, e cumpram a sua missão!

É urgente que todos nós que viemos em missão recordemos quem somos e façamos o que viemos fazer. Nunca o “Orai e vigiai!” foi tão necessário. Orar é entrar em sintonia com Forças Espirituais superiores; vigiar é perceber o que pensa, o que sente, o que faz, os lugares que frequenta, com quem desenvolve amizade, a que grupos se integra, e também quem

está, invisível, ao seu lado, lhe dando maus conselhos, como fumar, beber, usar drogas, e, muitas vezes, matar seu corpo.

A AÇÃO DE ESPÍRITOS DAS TREVAS

Assim como existem Espíritos superiores, que já alcançaram um grau de evolução muito acima do nosso, que já estiveram encarnados aqui na Terra ou pertencem a outras dimensões, e têm como missão ajudar a quem pedir, existem Espíritos inferiores, que são pessoas que, quando encarnados, cometeram atos tenebrosos, afastaram-se das normas morais divinas e, após desencarnar, ficaram aqui na crosta ou foram para as zonas abissais. Enquanto aqueles vivem para fazer o bem, estes vivem para fazer o mal.

Os Espíritos superiores querem a nossa evolução, os inferiores, a nossa involução. Todos têm a capacidade de acessar a nossa mente e nos influenciar, a fazer o bem, coisas boas, ou fazer o mal, coisas ruins.

O que determina de quem iremos receber influenciação é o nível dos nossos pensamentos, os sentimentos que alimentamos, a nossa conduta diária, ao que nos dedicamos, enfim, como somos. Isto faz com que tenhamos uma certa frequência vibratória e é ela quem nos sintoniza com os Espíritos. É como se fosse uma questão moral e ética que redunda em uma lei da Física. Quanto mais alta a nossa vibração, mais elevados são os Espíritos com os quais sintonizamos; quanto mais baixa, menos elevados.

O que determina uma vibração elevada? Sentirmos amor, sermos bons, gentis, caridosos, honestos, íntegros, bem-intencionados, dedicarmos uma boa parte do nosso tempo para os outros, querermos o bem de todos, não sermos egoístas, cuidarmos com a nossa higiene, a nossa organização (interna e externa), enfim, sermos como a nossa essência divina deseja que sejamos. O que determina uma vibração baixa? O oposto.

Tendo uma vibração elevada, a nossa vida transcorre de uma maneira boa, os nossos pensamentos são leves, os nossos sentimentos são puros, as nossas palavras são doces, as nossas atitudes são amorosas. Os Espíritos superiores podem, com certa

facilidade, nos influenciar positivamente, nos intuir, nos orientar, nos conduzir. Tendo uma vibração baixa, os nossos pensamentos são pesados, os nossos sentimentos são grosseiros, as nossas palavras são amargas, as nossas atitudes são rudes.

E os Espíritos inferiores podem nos influenciar negativamente, nos dar maus conselhos, nos levar por um caminho escuro, pedregoso, que pode culminar, durante a encarnação ou após a “morte”, irmos para um local no Astral inferior, onde sofreremos com os horrores que lá existem, sentiremos medo, dor, sofrimento, e de onde levaremos muito tempo para sair. Se alguém acha que estou exagerando, espero, sinceramente, que não tenha de passar por isto para acreditar.

Muitas pessoas pensam que o que baixa a nossa frequência é somente pensamentos e atitudes de violência, agressividade, maldade, roubar, enganar os outros, estuprar, sexualidade deturpada, e, claro, torturar, matar etc. Sem dúvida, tudo isto baixa muito a nossa vibração e, além de nos deixar pesados, com uma sensação de mal-estar, com uma coisa ruim dentro de nós.

Mas não são apenas estes fatores que baixam a nossa vibração. Também a tristeza, a mágoa, o sentimento de rejeição, a sensação de solidão, o isolamento, causam isto. E também a raiva, a irritação, a impaciência, a crítica, o julgamento, o desejo de que aconteça algo ruim para outra pessoa, o desejo de vingança. Ou seja, não são apenas as pessoas más que têm uma vibração baixa, muitas pessoas boas também têm, devido a estes pensamentos e sentimentos de baixa qualidade.

Os Espíritos (superiores e inferiores) podem influenciar a todos nós, se nós sintonizarmos com eles. E isto dependerá do nível da nossa vibração. Se ela é elevada, sintonizaremos Espíritos superiores; se ela é baixa, sintonizaremos Espíritos inferiores. Mas não são apenas duas opções, ou os superiores ou os inferiores, pois mesmo lá no Mundo Espiritual existe uma graduação.

Super-simplificando:

1. Espíritos um pouco superiores, mais superiores, muito superiores, muitíssimo superiores.
2. Espíritos um pouco inferiores, mais inferiores, muito inferiores, muitíssimo inferiores.

E nós? Acrescentando "encarnado" a isto, em que patamar estamos? Nos avaliemos:

1. Espírito encarnado um pouco superior, mais superior, muito superior, muitíssimo superior.
2. Espírito encarnado um pouco inferior, mais inferior, muito inferior, muitíssimo inferior.

Avaliando os nossos pensamentos, os nossos sentimentos, nossas atitudes, nossas palavras, nossas metas, objetivos, como está a nossa vida, o nosso cotidiano, a nossa higiene, a organização das nossas coisas etc., podemos nos enquadrar em um destes níveis. E aí poderemos imaginar que grau de Espíritos sintonizamos, tanto para cima como para baixo.

A meta de todos os seres humanos é, através do ciclo reencarnatório, nestas centenas ou milhares de vezes que viemos para o chão viver mais uma vida, é alcançar o nível de Espírito encarnado muitíssimo superior, o nível dos Mestres, das Mestras, que aqui estiveram ou os que aqui estão. A isto chama-se "aproveitar a encarnação", "reforma íntima", "evolução espiritual". Tudo na nossa vida deve servir para isto, as coisas boas, as coisas ruins, as infâncias boas, as infâncias ruins, a riqueza, a pobreza, o sucesso, o fracasso, os nossos relacionamentos, com quem afinizamos, com quem não afinizamos, casamento, separação, paternidade, maternidade, ser filho (a) etc.

São dois os benefícios de alcançarmos uma vibração alta:

1. Uma sensação de leveza, de bem-estar, uma alegria sem motivo aparente. Mesmo conhecedores da realidade da vida, inteirados e participantes ativos do que acontece no

mundo, sentirmos uma espécie de otimismo e um desejo interno de dedicar-se a melhorar a dura realidade da maioria dos habitantes da Terra, minimizar a injusta desigualdade social, a miséria, a fome, a violência, o racismo, as guerras.

2. Sintonizarmos com Espíritos superiores, compatíveis com a nossa frequência vibratória, para que Eles cuidem de nós, nos orientem, nos intuam, comandem os nossos pensamentos, nos ensinem a limparmos nossos sentimentos, nos sinalizem as atitudes corretas, adocem as nossas palavras.

Os malefícios de termos uma baixa vibração é exatamente o oposto disto.

Faça uma meditação, seja sincero (a) consigo mesmo (a) e avalie-se: qual o nível de sua vibração? Com que tipo de Espíritos você deve estar sintonizado (a)? Se a avaliação for positiva, submeta-a ao teste de realidade, veja se isto corresponde a como você é, pensa, sente, age e fala no seu dia-a-dia, no seu cotidiano. Se for aprovado neste teste, parabéns, você está sendo um Guerreiro ou Guerreira da Luz, está cumprindo a sua missão, está fazendo a diferença aqui na Terra.

Se a avaliação for negativa, não se desestimule nem se desespere, você viu a realidade a seu respeito, não sendo como gostaria que fosse, tem uma solução, só vai depender de você: proponha-se, com sinceridade, com força, com fé e determinação, a promover uma transformação em si e em sua vida, estabeleça um marco zero, um renascimento, como se tivesse encarnando agora, neste momento. Utilize tudo que aprendeu até hoje para, nestes milhares de dias que faltam para você voltar para o Mundo Espiritual, alcançar a vibração máxima que conseguir.

Uma coisa eu lhe garanto: sua vida vai melhorar muito, você vai se sentir muito melhor e os seus acompanhantes espirituais serão Seres de Luz e lhe transmitirão Paz e Amor.

DEPRESSÃO POR CAPTAÇÃO DE ENERGIAS NEGATIVAS DA ATMOSFERA TERRESTRE

Um outro aspecto negligenciado pela maneira tradicional de encarar e tratar a depressão e as ideias de “acabar com tudo”, é o fato de pessoas muito sensíveis terem a possibilidade de captar as energias de baixa frequência da atmosfera terrestre, oriundas dos pensamentos, sentimentos, ações (passadas e presentes) da humanidade. Como afirmava Lavoisier: "Na natureza nada se cria, nada se perde, tudo se transforma".

Grande parte das pessoas, em todo o mundo, nutrem pensamentos negativos com muita intensidade, pensamentos de mágoa, de raiva, de tristeza, indignação, irritação, impaciência, medo, doenças, violência, vinganças, guerras, ganância, disputas, corrupção, enfim, pensamentos negativos é o que não falta na humanidade (que somos todos nós). Onde ficam estes pensamentos, já que nada se perde? Ficam no ar. Já reparou que quanto mais pensamentos negativos uma pessoa cultiva, pior é seu aspecto? Torna-se uma pessoa, como se diz na gíria, de “baixo astral”, as suas falas são pessimistas, os assuntos negativos, a cor da pele torna-se meio acinzentada, desenvolve olheiras, baixa os ombros, parece que se arrasta pela vida, como se carregasse um peso. Na verdade, carrega mesmo: o peso dos seus pensamentos negativos. Mas eles não ficam só na pessoa, espraiam-se pela casa, pelo seu local de trabalho, vão para fora, vão para o ar, para a atmosfera, e essa vai ficando cada vez mais densa, mais pesada, mais escura, e pessoas sensíveis os captam.

Os pensamentos negativos originam os sentimentos negativos, que também vão baixando a frequência daquela pessoa, e também não desaparecem, impregnam-se nela transformando-se em doenças físicas (e aí sim, piora ainda mais!), espalham-se pela casa, pelo local de trabalho, vão pra rua, contaminam a atmosfera cada vez mais, e ela vai escurecendo, densificando-se, e pessoas sensíveis os captam.

Além disto, milhares e milhares de anos de miséria, fome, doenças, guerras, tristezas, raivas, depressões, mortes trágicas, suicídios, você acha que desaparece como que magicamente? Não, fica tudo no ar, na atmosfera, e pessoas sensíveis os captam.

E ainda mais: habitam a Terra cerca de 7 bilhões de encarnados, todos pensando, sentindo, agindo, e cerca de 20 bilhões de desencarnados, também pensando, sentindo e agindo. Você consegue imaginar como está a nossa pobre atmosfera terrestre? Os Seres Espirituais Superiores sempre dizem que uma nuvem escura envolve a Terra. De vez em quando, Eles vêm e dão uma limpada, mas de que adianta? Os seres humanos vão lá e sujam tudo de novo... E pessoas sensíveis captam tudo isto.

Antes que você decida se matar por este triste panorama (isto foi só uma piadinha de mau gosto...), vou dar a receita para as pessoas sensíveis que captam negatividades: elevem a sua frequência, coloquem-se acima destes escuros. Somos como um aparelho de rádio, tem várias rádios, cada uma numa certa frequência. Qual a rádio que escutamos? Aquela que sintonizamos. Não estamos gostando daquela música, daquelas notícias, daquela programação? Mudamos de rádio.

Você pode escolher como vai mudar de rádio, de dentro para fora, de fora para dentro ou de ambas as maneiras. Mudar de dentro para fora é começar a cultivar bons pensamentos, bons sentimentos, isto vai elevando a sua frequência, fazendo com que vá saindo, gradativamente, da sintonia com as negatividades externas. Mudar de fora para dentro é ir selecionando o que escuta, os ambientes que frequenta, os grupos com que se filia, o que acessa no seu computador, nas redes sociais etc. O ideal é fazer ambas as coisas conjuntamente: melhorar por dentro e melhorar por fora.

Para ser franco, cada um faça como achar que deve fazer. Mas nunca esquecendo que se não anda se sentindo bem, se aquela tristeza não passa, aquela espécie de cansaço, de peso,

não desaparece, o seu ânimo e disposição não é mais o mesmo de anos atrás, uma vontade de não fazer mais nada, vê uma cadeira, senta, vê uma cama, deita, vê uma parede, se escora, sua imagem no espelho do banheiro está meio esquisita, meu amigo ou minha amiga, tenho de lhe dizer: você está pesado (a)!

Este peso vem de dentro do você e vem de fora. É a soma de seus pensamentos e seus sentimentos com o que capta do ar. No mundo material, os opostos se atraem mas no mundo invisível, os semelhantes se atraem. A sua tristeza vai captar a tristeza que está no ar, a sua mágoa, a sua raiva, a sua decepção, a sua frustração, tudo que você pensa e sente vai captar o que está no ar, o que é similar. Não tem jeito, sintonizou, captou!

A solução nem preciso lhe dizer, não é? Mude seus pensamentos, mude seus sentimentos, você lembra que é um Espírito e que um Espírito foi "feito à imagem e semelhança de Deus"? Sabe o que significa isto? Sabe o que chamamos de Deus? É o Todo! É todo o Universo, as quinquilhões e quinquilhões de galáxias, todas com quinquilhões de estrelas! O nosso "Pai" é muito grande e nós somos filhos Dele! Percebe o poder que nós temos? Você se acha fraco? Você se acha fraca? Está errado (a)! Nós temos o Poder de Deus em nossas mãos, só precisamos lembrar disto.

Agradeça aos seus Mentores Espirituais, aos Seres da Luz, a Jesus, à Nossa Senhora, aos Orixás, aos Seres da Natureza (cada um com suas crenças), por estar vivo (a), aqui na Terra, por poder ajudar este mundo a melhorar, abrace uma causa social, integre-se a uma Religião, saia daí de dentro, aqui fora tem sol, tem chuva, tem flores, tem passarinhos, tem tanta coisa boa!

Cuide do seu corpo, cuide dos seus pensamentos, dos seus sentimentos, do que fala, onde vai, o que escuta, com quem anda, que ambientes frequenta, seja um representante da Luz aqui na Terra. E, nunca esqueça: permaneça vivo e siga em frente. O velho ditado: "Nada como um dia depois do outro..." vai se aplicar a você, com certeza, e, um dia, vai até achar graça de ter tido aquela depressão, aquela vontade de "acabar com

tudo”. O vencedor não é quem vence, é quem não desiste. O mundo precisa de você!

DEPRESSÃO POR CONVÍVIO COM PESSOAS TRISTES

Este é um dos assuntos que psicólogos e psiquiatras tradicionais e mesmo psicoterapeutas alternativos não costumam levar em consideração, mas é muito importante na gênese ou na dificuldade de curar-se uma depressão e até ideias suicidas.

Somos seres energéticos e trocamos energia com outras pessoas e com os ambientes que residimos, trabalhamos ou frequentamos. Uma pessoa muito sensível convivendo diariamente com alguém deprimido ou portador de uma doença crônica pode, sem saber, estar doando energia para aquela pessoa e absorvendo a energia dela.

Com o tempo vai se sentindo mal, fraca, cansada, desanimada, porque doa energia positiva e absorve energia negativa. Pode até começar a ter os mesmos pensamentos da outra pessoa, os sentimentos e, inclusive, os sintomas físicos como tristeza, desesperança, falta de ar, dores etc.

São ideias de que a vida não faz sentido, que é o fim, não há mais nada a fazer etc. e, vai ver, são de outra pessoa com quem convive. Claro que elas entram por uma "brecha" na pessoa afetada mas, na intensidade, é um pouco dela e muito da outra.

Os profissionais da área da saúde que trabalham em hospitais são afetados muito frequentemente por isto, vão se sentindo desvitalizados, sem energia, uma espécie de peso, um cansaço crônico e permanente.

Mas além da absorção de energia negativa de uma pessoa doente ou de doentes, a baixa da frequência vai fazendo com que passe a vibrar em faixas energéticas baixas compatíveis com Espíritos sofredores e esta sintonia soma-se com aquela e o familiar ou o profissional de saúde vai ficando cada vez pior, pode entrar em depressão ou começar a ter ideias de suicídio suas ou de quem as está absorvendo.

O primeiro passo para isto ser resolvido é saber que existe, o segundo passo é aprender a eliminar o que não é seu, o terceiro passo é elevar a sua frequência vibratória para não sintonizar e absorver estas energias de baixa frequência.

Para saber que isto existe basta voltar no tempo e perceber desde quando sente aquela fraqueza, aquele cansaço, aquele desânimo, verá que o seu início coincidiu com a tristeza, com a depressão, com uma doença crônica de um familiar em casa ou desde que começou a trabalhar em um certo local.

Outra maneira prática de acreditar que isto existe é, quando estiver sentindo-se bem, alegre, ativo, perceber se ao chegar em casa ou em uma conversa com seu familiar ou no trabalho, não vai se sentindo fraco, como que perdendo a alegria, perdendo a força. Não é culpa do familiar ou dos doentes, isto obedece a uma lei da Física: quem tem mais energia do que outro, doa; quem tem menos, absorve.

Para eliminar a baixa energia que absorveu é necessário ativar a sua vontade neste sentido, "despachar" esta energia de baixa frequência, escura, com o poder da sua imaginação (imagem em ação), pode utilizar "banhos de descarrego", promover isto durante o banho no chuveiro, "descarregar" no mar, pode invocar Entidades do Bem para lhe "limpar" etc.

O terceiro passo é o mais difícil de todos: elevar e manter uma frequência elevada que, além de lhe trazer paz, força, dinamismo, bons pensamentos, lhe imuniza contra baixas frequências. A maior "defesa" que existe contra energias negativas, incluindo Espíritos obsessores, é uma frequência permanentemente elevada. Mas a maioria das pessoas é, em termos vibracionais, como um eletroencefalograma, sobe e desce, sobe e desce... Em um momento do dia está com uma frequência elevada, em outro a sua frequência baixa, mais adiante sobe um pouco, logo em seguida baixa novamente...

Do que depende conseguirmos ter e manter uma frequência elevada, pelo menos, a maior parte do dia? É o nosso velho conhecido "pensamento positivo". Já é estudado pela

Medicina a ação benéfica sobre os neurotransmissores das pessoas que praticam sentir gratidão, não só pelas coisas boas em sua vida mas, também, pelas coisas "ruins" que acontecem e são, na verdade, lições de vida, mensagens do nosso Eu Superior para revisarmos a nossa vida, promovermos transformações. Estas coisas "ruins" incluem doenças físicas, emocionais e mentais, se enxergarmos bem, iremos entender que surgiram para promover mudanças internas e externas em nós.

Uma outra maneira de alcançarmos uma frequência elevada, é nos dedicarmos a um Ideal, uma Obra, uma Missão, um Projeto, que seja benéfico para as pessoas, que nos faça sentir úteis, produtivos, que dê um significado para a nossa vida. Isto nos liberta do egocentrismo e nos leva para a caridade e para o altruísmo.

Este é o Caminho da Felicidade. Lembrando que a tristeza é prima do tédio e este é irmão da preguiça e do egoísmo.

A ADOLESCÊNCIA E A REENCARNAÇÃO
(extraído do livro "Jovens Guerreiros e Guerreiras da Luz", Besourobox Edições)

Numa sociedade como a nossa, uma sociedade-passatempo, francamente estimuladora de falsos valores, numa apologia do fútil, do superficial, do imediatismo, do prazer sensorial, é de fundamental importância que os nossos jovens, que muitas vezes estão caminhando cegamente por um atalho, percebam o que é real e o que é ilusório, o que é verdadeiro e o que é falso, o que é digno de sua atenção e o que deve ser descartado.

Os adolescentes de hoje vivem uma época maravilhosa quanto ao acesso às coisas espirituais, esotéricas, místicas, que se manifestam em sua grandeza, ainda não completamente mas já sinalizando o caminho para o Homem do próximo Milênio, que vai indo para dentro de si mesmo, cada vez mais para dentro, rumo à Perfeição, ao seu Deus interior.

Mas, ao mesmo tempo em que as vitrines das livrarias transbordam de mensagens espiritualistas, em que proliferam Clínicas e Cursos dos assuntos energéticos e espirituais, seja na área do autoconhecimento, seja nas Terapias Alternativas, quando os canais das televisões abrem espaço para o debate e a divulgação destas antigas verdades, quando as revistas e os jornais rendem-se ao crescimento inevitável do interesse das pessoas a este respeito, quando tudo sinaliza para a chegada da Nova Era, o velho paradigma, teimosamente, insiste em fazer de conta que isto é apenas uma moda passageira, algo que irá passar.

Mas não, a Era de Aquário chegou, é o amor humanitário que está chegando e, indiferente aos que não acreditam nestas coisas, ela estabeleceu-se definitivamente, de um modo irreversível. E, assim como é impossível impedir a chegada do amanhecer, um novo dia da humanidade começa a raiar no

horizonte, sinalizando o desabrochar do novo Homem, mais sábio, mais profundo, mais engajado, mais consciente do seu papel transformador, de sua responsabilidade consigo mesmo, com os outros e com todo o planeta.

E quando um adolescente começa a pensar no que vai ser na vida, em que vai trabalhar, o que vai fazer para ganhar dinheiro, é muito importante que primeiro passe um pano e retire a poeira mofada dos velhos valores que lhe obscurecem a visão. Precisa ser estimulado a realizar um profundo trabalho interno de limpeza e de descontaminação de tudo que o poluiu desde que retornou a este mundo, das mensagens subliminares, consumistas e sexuais dos programas “infantis” das televisões, desde quando era apenas uma criancinha, da violência dos “inocentes” jogos eletrônicos que estimulam os instintos inferiores, dos sutis decretos consumistas que lhe dizem o que deve ou não usar, o que está ou não na moda, da obscura imposição, aparentemente vinda de lugar nenhum, que lhe diz o que deve ou não fazer, o que é certo ou errado, o que é conveniente ou não, o que é adequado ou não.

Numa sociedade que prioriza o passar-o-tempo, o bem-estar a qualquer preço, o viver sem rumo e sem finalidade, que cria e adora falsos ídolos, falsos heróis, tão instantâneos e sem conteúdo como ela própria, em que as Escolas trabalham prioritariamente o hemisfério esquerdo, estimulando em seus alunos apenas o lógico e o racional, sem perceber o quanto é perigoso acreditar-se demais neste hemisfério, em que as diversões são apenas isto, diversões, as noites são para curtir, as férias são para curtir, a vida é para curtir, e durante o dia – que saco! – tem que estudar, tem que trabalhar, como querer que nossos adolescentes se tornem adultos que irão melhorar o mundo? O mais provável, e é o que se verifica, alguns adultos parecem mais crianças ou adolescentes do que realmente adultos.

Mas, de qualquer maneira, e apesar de tudo, o mundo vem melhorando, passando por cima das forças que insistem em nos

idiotizar, nos robotizar, nos manipular como a um rebanho cordato e passivo, graças ao enorme impulso criativo inato do ser humano e à energia transformadora que ecoa por todo o planeta, que faz com que, aos poucos, a raça humana vá evoluindo e chegando cada vez mais perto de um nível superior de consciência.

Poderíamos estar indo mais depressa, mas a Inquisição ainda não acabou, ela agora se traveste, não "purifica" mais no fogo, mas ainda acredita que tem o poder, não percebeu que não é dona de mais nada, além dos seus ranços e de seus raciocínios retrógrados e separatistas.

Uma boa tática para os adolescentes que desejam aproveitar espiritualmente a sua encarnação é evitar cair em estados negativos de pensamentos e de sentimentos a respeito de seu pai, de sua mãe e de outros familiares. Muitos jovens queixam-se, e com razão, deles serem ausentes, materialistas, autoritários, pouco carinhosos etc.

Mas não devem se estragar por isto, comprometer-se mais com o seu Espírito, com o seu objetivo pré-reencarnatório de evolução, de melhorar o mundo, não se desviarem pela ação de outro Espírito encarnado, tenha o rótulo familiar que tiver, perdendo-se em mágoa, raiva, tristeza e autodestruição. Um filho que sente mágoa e ressentimento em relação a seu pai, por ser ausente, não participativo, ou agressivo, autoritário, apesar de aparentemente ter razão nestes sentimentos, não deve estragar a sua encarnação por causa disto. Deve comprometer-se com seu Espírito.

Um filho que se queixa de seu pai ou de sua mãe sabe o que pode ter feito para eles em outras encarnações? Sabe se não fez até algo pior? E também ver se é melhor que eles.

Quando um adolescente se queixa do seu pai ou da sua mãe e acredita na Reencarnação, deve perguntar-se por que escolheu este pai ou esta mãe, por que estão ligados? Será que já foi pai ou mãe de seu pai ou de sua mãe e fez a mesma coisa, ou pior? Será que veio como filho para ajudar este pai ou esta

mãe, salvá-los de vícios de conduta, de hábitos, e não está conseguindo e com isto magoa-se, entristece-se ou irrita-se? Pais e filhos são Espíritos encarnados, e quando apresentam dificuldades de relacionamento entre si devem procurar harmonizar-se, pois quase certamente já vêm se conflitando há muito tempo e, então, aí está um dos seus objetivos pré-reencarnatórios.

Uma boa maneira de alcançar isto é olharmos os pontos positivos do nosso conflitante, em vez de ficar preso apenas ao que não gostamos nele(a), como se fôssemos o dono da razão, o perfeito, o apóstolo da virtude, esquecendo o que nos ensinou o Divino Mestre: "Não fazei aos outros o que não queres que te façam!". Todos amam Jesus, mas quem realmente pratica isto? Quem ama ao seu próximo como a si mesmo? E quantos tratam os outros como querem ser tratados?

Geralmente o exemplo para o uso do cigarro, do álcool e outras substâncias é dado pelos pais, em sua casa, nas festas, com o seu cigarro, com o seu uísque, com a sua ausência, com a sua falta de orientação espiritual, com a sua agressividade, com o incentivo aos falsos valores, à materialidade, à futilidade, criando um vazio existencial em seus filhos, uma falta de sentido para a vida. E os jovens, que naturalmente anseiam por uma finalidade, que buscam um caminho, criam-se recebendo exemplos de desperdício da encarnação, seja dos seus pais, seja da televisão, seja dos programas "jovens" das rádios, e de todos os lados sofrem um bombardeio de futilidade da nossa sociedade-passatempo. Os mais sensíveis não resistem e querem fugir nestas "viagens", e aí são chamados de drogados.

Nós, pais, devemos ficar atentos ao exemplo que estamos dando para nossos filhos. É realmente positiva a nossa mensagem? Estamos mostrando o valor da honestidade, da moral, da ética, do amor, da doação? Estamos realmente caminhando em linha reta, com simplicidade, com igualdade, com sinceridade, com fraternidade, com justiça, ou estamos, na verdade, passando a estes irmãos que chegaram depois de nós

um exemplo de hipocrisia, de raiva, de impaciência, de tristeza, de desânimo, de falta de perspectiva, de vícios como beber, fumar, e outros menos explícitos?

Muitos jovens que fumam, que bebem, que usam outras substâncias, geralmente são Guerreiros e Guerreiras da Luz com dificuldade de se adaptar a este lugar, e frequentemente não receberam uma boa orientação moral e espiritual por parte dos seus pais. Muitos deles que estão se perdendo por aí, bebendo, fumando, “aproveitando a vida”, recebem de seus pais um mau exemplo, uma visão materialista da realidade, faltando os verdadeiros valores do amor e da caridade.

Outros jovens que usam substâncias, lícitas ou ilícitas, que estão se autodestruindo, que esqueceram de sua Missão, são Espíritos ainda imaturos, que não têm condições de entender o lado espiritual da existência, e neste caso a nossa sociedade materialista estimula ainda mais os seus aspectos inferiores. Mas a maior parte dos adolescentes são Guerreiros e Guerreiras que perderam o rumo, pois desde sua infância receberam uma orientação contrária aos verdadeiros ideais espirituais. Foram sendo, aos poucos, contaminados com informações vazias e superficiais, em casa, nas Escolas, nos meios de comunicação, e estas contaminações atuaram de tal maneira que desenvolveram neles a vontade de destruir-se, de ir embora daqui, deste mundo construído por seus pais e, para sermos sinceros, não podemos mesmo afirmar que nos orgulhamos de nossa obra.

Nós somos os verdadeiros responsáveis por esta epidemia entre os jovens, e para acabarmos com isto devemos, antes de tudo, modificarmos o nosso interior, fazer um mea-culpa, reconhecer os nossos erros, nossos equívocos na educação e no exemplo que temos dado a eles. Hoje em dia, muitos pais não bebem e nem fumam, estão dando um bom exemplo para seus filhos.

A condenação dos jovens que usam drogas lícitas e ilícitas é uma hipocrisia, pois, enquanto a nossa sociedade for uma droga, o nosso telhado de vidro não autoriza a nos arvorarmos

defensores da moral e dos bons costumes. Eles necessitam de orientação a respeito da Missão, a respeito de Reencarnação, entender a inferioridade do nosso Plano, e não se perderem nas armadilhas desta sociedade terrena e, sim, colaborar com as forças do Bem e lutar pela implantação definitiva do Reino do Amor no nosso planeta.

Os filhos, à medida que vão crescendo e começando a pensar qual profissão irão seguir, devem receber a orientação dos seus pais de que se encaminhem para uma atividade que esteja alinhada ao Bem, procurando endereçar o seu trabalho, o seu esforço, a sua dedicação, para o bem dos outros, para a evolução da humanidade. Não devemos falar em ganhar dinheiro, em adquirir bens materiais, em posição social, em inflação do ego, em competirem com os outros, pelo contrário, devemos mostrar como realmente aproveitar a sua atual encarnação. Mas, para que funcione, nós devemos estar fazendo isto, senão será somente um blá-blá-blá, pois “As palavras comovem, mas os exemplos arrastam”.

O PODER DA INDIGNAÇÃO PACÍFICA
(extraído do livro "Jovens Guerreiros e Guerreiras da Luz", Besourobox Edições)

Queremos deixar os Guerreiros e Guerreiras da Luz pacificamente indignados, percebendo o quanto foram e continuam sendo enganados pelos fabricantes de cigarro e pelos fabricantes de bebidas alcoólicas, por alguns formadores de opinião que se utilizam de órgãos midiáticos para ganhar dinheiro mesmo que seja à custa da saúde, da vida ou da morte das pessoas atingidas por eles, e o quanto temos sido irresponsáveis com o nosso Templo corpóreo e com o nosso Espírito.

O ideal utópico que queremos alcançar, mesmo que levemos dezenas ou centenas de anos para isto, é terminar com o ciclo do cigarro e das bebidas alcoólicas em nosso planeta, e, junto a isto, aumentarmos o nosso comprometimento conosco mesmos, com a nossa saúde física, psicológica, mental e espiritual, ampliarmos o nosso compromisso com os demais irmãos de jornada, alcançarmos um dia o fim das desigualdades sociais em todo o mundo, o fim da miséria, da fome, da violência, do racismo e das guerras, nos comprometermos mais com a nossa casa terrena, o nosso planeta, enxergarmos a todos como filhos de Deus, sejam humanos ou animais, sejam vegetais ou minerais.

Para isto, é preciso que os jovens assumam o comando sobre a sua vontade, pensar por si mesmos, diferenciar o que é habitual do que é certo, perceber a diferença entre o que é considerado normal do que é correto, desenvolver uma leitura crítica do que os seus olhos veem, o que os seus ouvidos escutam, o que entra pelos seus pensamentos aparentemente vindo de lugar nenhum, mas que é uma mensagem sutil que busca lhes dirigir, lhes transformar em um rebanho cordato e servil a serviço de interesses imediatistas, materialistas, e que,

em seu íntimo, sentem que não são apropriados, que não servem para o seu bem nem para o bem comum.

A indignação é uma arma poderosa, mas, infelizmente, ela é, muitas vezes, utilizada negativamente por jovens, e também por adultos, inconformados em como está estruturada a nossa sociedade, em que se transformou a nossa vida, em como nos parece, equivocadamente, que somos incapazes de mudar a realidade, de transformar as coisas, de alterar profundamente o nosso mundo para melhor.

Sou colaborador de organizações como o Greenpeace e o Avaaz, e é realmente impressionante a capacidade que elas têm de reunir milhões de pessoas no mundo todo, através da internet ou em grandes manifestações públicas, na defesa dos direitos humanos, dos direitos dos animais, dos recursos naturais, da Natureza. E como têm obtido vitórias, promovido a união entre as pessoas que não aguentam mais ficar caladas, não querem mais realizar discursos individuais em frente à televisão, querem unir-se, querem opinar, querem tomar decisões, querem saber o que está acontecendo, querem ter poder de comando sobre as decisões políticas, querem ter poder de veto, não querem mais apenas votar e ficar torcendo para que os políticos eleitos façam as coisas certas, que correspondam aos nossos anseios, que não nos enganem, que não mintam para nós, que não façam conchavos e acordos entre si e tudo ir ficando para depois...

Podem seguir o exemplo de Mahatma Gandhi e exercer a Indignação Pacífica, que é simplesmente dizer “Não!”, sem brigar, sem agredir, sem ofender. Somos muito descuidados com o nosso Templo, nos acostumamos a abrir as suas portas e deixar entrar qualquer coisa, seja pela boca, seja pelos olhos, seja pelos ouvidos, seja pelos pensamentos.

A primeira coisa que quero aqui sugerir é que fechem a boca. Se um jovem ficar em dúvida se deve comer alguma coisa ou não, não abra a boca, tome um copo de água (filtrada). Se não souber o que fazer, se é certo ou errado, se é digno de uma

ação ou não, não faça nada, pare e faça uma meditação, acalme seus pensamentos e peça para Deus orientar-lhe dentro de sua mente e do seu coração. Se acha que o cigarro é um mal terrível, e que sua legalização é algo, no mínimo, escandaloso, pare de fumar!

Quem lhe disse que não consegue? Já experimentou fazer Yoga? Sabia que o que o acalma quando fuma é a respiração? Se acreditar que a bebida alcoólica é a pior das drogas existentes no mundo, e que a sua legalização será objeto de incredulidade daqui a uns 100 ou 200 anos, pare de beber! Substitua por sucos naturais. Se sentir que não vai aguentar, vá a um Centro ou a um Templo Espiritualista e peça para investigarem quem está ao seu lado, invisível, pedindo bebida.

A Indignação Pacífica é uma ferramenta extremamente poderosa e os jovens podem utilizá-la, basta negar-se a continuar sendo marionete nas mãos dos donos da sua vontade, dos donos da sua opinião, e começar a exercer o que é seu de direito: comer o que decidir que é bom para si, beber o que é saudável, olhar os programas de televisão e decidir se vale a pena ficar horas ali ou é melhor pegar um bom livro, ou fazer uma meditação, ou conversar com a família, com os amigos, ouvir as músicas que valem a pena, que transmitem mensagens positivas, endereçadas aos seus chakras superiores e não apenas aos aspectos mais inferiores (sexualidade e relações afetivas egoicas), enfim, cada Guerreiro e Guerreira pode tornar-se um formador de sua vontade, de sua própria opinião, cada um ser responsável pela sua encarnação, representante do seu Espírito, de suas metas evolutivas, responsável pelo seu Templo, pelo seu cuidado e pela sua atenção.

A DIFICULDADE DE SE TORNAR ADULTO
(extraído do livro "Jovens Guerreiros e Guerreiras da Luz", Besourobox Edições)

Uma certa parte dos adolescentes, influenciados por um Sistema que sutilmente transmite que tornar-se adulto é horrível, que é deixar de ser livre, não poder mais ser irresponsável, ter de assumir compromissos, ter horários, acordar cedo, trabalhar o dia todo, pagar impostos, casar, ter filhos, sustentar sua família, ficar velho, um dia aposentar-se, esperar a morte chegar, então ter doenças graves, morrer, ser velado, enterrado ou cremado, acabar tudo, ficar apenas uma recordação, e outras coisas horríveis, faz uma opção, a de ser, para sempre, jovem! Doce ilusão que um dia acaba quando o teste do espelho insiste em mostrar a realidade e o para sempre jovem percebe uma barriguinha, uns fios de cabelo brancos, umas leves ruguinhas brotando no rosto, no pescoço, uns musculozinhos afrouxando, mas continua insistindo, disfarça aqui, disfarça ali, ainda acredita que isto vai parar, mas não para, o espelho continua impassível, mostrando o que capta.

E então musculação, academia, vitaminas, remédios milagrosos, ou químicos ou naturais, não importa, o que importa é ficar jovem para sempre, isto lhe foi prometido, lhe disseram que tornar-se adulto é horrível, ficar parecido com seu pai, com sua mãe, Deus-o-livre!, e com aquele tio ou então com aquela tia, e pior, com o vô, com a vó, não, por favor, tudo menos isto, o irmão (ou irmã) menor crescendo, lhe alcançando, ameaçando passar, mais academia, mais vitaminas, quem sabe botar fora este espelho?, mas em todos os lugares têm espelhos, nas vitrines das lojas jovens, dentro das lojas jovens, em todos os locais jovens têm espelhos, para que tantos espelhos?, em tudo que é casa que vai têm espelhos, não, plástica não, isto não está acontecendo, eu sou para sempre jovem, estes dias me chamaram de tio (a)!, não acredito...

Acredite, meu amigo, você está ficando adulto, acredite, minha amiga, você está ficando adulta. Só tem duas coisas a fazer: ficar disfarçando ou assumir, a escolha é sua. Para lhe ajudar a escolher, vamos falar dessas duas opções.

1. Como fingir que ainda é jovem

Esta é uma luta inglória que muitas pessoas jovens, ou já nem tão jovens, fazem, para lutar contra o tempo, contra a realidade, baseado numa lavagem cerebral que fizeram consigo desde que era criança e que permanece quando já não é mais um adolescente, já tem 18 anos, 20 anos, 25 anos, 30 anos, e ainda se acha adolescente, mas já não é mais, é um homem ou uma mulher, só que não assumiu isto. Por quê? Porque a nossa sociedade está em um nível evolutivo ainda infanto-juvenil e os valores apregoados pelo Sistema como importantes são compatíveis com este nível, tudo programado para atrair e manter consumidores dos produtos oferecidos.

Se a nossa sociedade já estivesse em um nível adulto de evolução, os "produtos" oferecidos seriam a busca da igualdade, da fraternidade, do coração aberto, da mão aberta, da disponibilidade para ajudar, da doação do seu tempo para fazer o mundo melhorar, do aproveitar o tempo e não "aproveitar a vida". Mas, ao melhor estilo "way of life" americano, que nos domina (e ao mundo todo), isto não interessa pois a igualdade, a fraternidade, o amor ao próximo, não são lucrativos; o que dá lucro é o egocentrismo, a competição, a disputa, e isto só pode ser obtido mantendo a sociedade mundial no nível infanto-juvenil, vendendo esta mesma concepção para nós.

É por isto que grande parte dos jovens querem permanecer jovens para sempre pois foi esta ideia que lhes venderam desde que eram crianças através dos "inocentes" desenhos e filmes infantis e infanto-juvenis (americanos), que continuam lhes vendendo através da moda (americana), das letras das músicas (americanas), do estilo de música (americana), dos vídeos no You

tube (grande parte americanos), é uma enorme e cruel manipulação iniciada na década de 30 através do cinema americano, que perdura até hoje, e mesmo o contra-ataque chinês, japonês, coreano e de outros países, em busca do mercado jovem, imita este modelo, pois ele dá certo... Certo para eles.

O que este modelo cria? A futilidade, a agitação, o barulho, a correria, a superficialidade, a competitividade, o egoísmo (incluindo o do tempo mal aproveitado), o “passar-o-tempo”. O que ele visa? Impedir que os Guerreiros e Guerreiras da Luz parem, pensem, reflitam, meditem, aquietem-se, busquem o seu interior, libertem-se, sejam realmente livres, independentes.

Por que o Sistema faz isto? Para ganhar dinheiro. Quem dá dinheiro para eles? Os jovens. Cada bermuda “da moda”, cada boné “da moda”, cada tênis “da moda”, cada novo celular “mais moderno”, dá dinheiro para os donos da nossa cabeça. Cada copo de cerveja, cada cigarro, dá dinheiro para eles. Mas os Guerreiros e as Guerreiras foram hipnotizados e não veem isto, na verdade muitos veem mas é necessário ser corajoso para ser diferente, é mais fácil ser igual, e é exatamente isto que o Sistema quer.

Grande parte dos jovens são agitados, o “way of life” americano os agita, com a barulheira permanente, proposital, para impedi-los de pensar. Grande parte são deprimidos, se sentem perdidos, o “way of life” americano lhes massacra o tempo todo, sentem que não estão sendo autênticos, algo está errado, não sabem o quê... Usam álcool, cigarro, substâncias, uns para acompanhar o ritmo propositadamente alucinante da “vida moderna”, outros para aguentar este ritmo sem pirar.

Muitos jovens são levados a tratamento psicológico, psiquiátrico, terapias alternativas, a maioria vai de má vontade pois considera estes profissionais como “eles” quando, na verdade, “eles” são os donos de sua cabeça, os donos do poder.

Os profissionais de saúde mental e emocional (se também não estiverem domesticados, claro), poderão ajudá-los a se

encontrar consigo mesmo, com sua essência, com sua verdade interior, mas se os psicólogos, os psiquiatras, os terapeutas alternativos, que recebem os Guerreiros e as Guerreiras, também tiveram sua cabeça lavada pela mídia "jovem", não enxergam o que o Sistema faz com estes jovens, que é enxergá-los apenas como "usuários de drogas", sem entender que numa droga de sociedade usar drogas é apenas uma decorrência natural e, pior, incentivado pela imagem criada, americana, de "jovem é assim...", "adolescente é assim...", de nada adiantará um Tratamento.

2. Querer ser adulto

Parece horrível, não é? Vou tentar provar que é ótimo! Um dos principais benefícios de se tornar adulto é a independência financeira. Imagine ter seu próprio dinheiro, sua casa, seu carro, poder comprar suas coisas, sem ficar ouvindo do pai, da mãe, reclamações, chantagens, propostas, trocas, ameaças de ir embora de casa, fazer tratamento inclusive comigo etc....

Quer ir viajar, ir pra Índia, Machu Pichu, ou Tramandaí, Bombinhas, junta dinheiro e vai, leva seu amor consigo, alguns amigos (as), aproveita, curte, depois volta, segue trabalhando, quer comprar algo que acha importante, vai e compra, quer acender um incenso?, acende, sem ter de ouvir que acendeu só pra disfarçar o cheiro da maconha...

Ou seja, você realmente acha que ficar adulto, trabalhar, ter seu próprio dinheiro, ser livre, independente, é ruim? Ruim é querer ser jovem para sempre, não ter grana pra nada, ter de morar com estes adultos caretas que não lhe entendem, que só enchem seu saco estou falando de seus pais... – que ficam insistindo que você trabalhe, ganhe seu dinheiro, vá fazer sua vida, ou já desistiram, jogaram a toalha, ficam só olhando com aquele ar de reprovação, de que estão de saco cheiro de você... E pode tirar a razão deles? Não fique zangado comigo: eles têm razão! Você, no lugar deles, também já tinha enchido o saco de

um filho (a) com 30, 40 anos, que decidiu, convencido e enganado pelo Sistema, de que seria jovem para sempre!

ADOLESCENTE É ASSIM...
(extraído do livro "Jovens Guerreiros e Guerreiras da Luz", Besourobox Edições)

Esta mística de "Adolescente é assim..." não começa na adolescência, é uma tática perversa iniciada quando ainda são crianças, recém-chegadas do Astral, quando estão formatando ideias do que é o mundo, o que é importante, quando estão aprendendo o que é "normal", interiorizando conceitos, valores, estabelecendo padrões, normas de conduta, procedimentos.

Desde pequenininhos, a mensagem que recebem das televisões, dos filmes "infantis" e de algumas décadas para cá, da internet, é de que competir é normal, matar os inimigos é normal, barulho, agitação, correria, é normal, passar horas e horas assistindo ou participando de matanças, com membros decepados, cabeças estourando, muito sangue jorrando, tudo é normal, dormir tarde é normal, atravessar a madrugada jogando é normal, tudo isto ao sabor de Coca-Cola, Ruffles, MacDonald's, Burguer King, tudo em inglês, tudo americano, os xerifes do mundo, os heróis da liberdade, os defensores da democracia, os inimigos do terrorismo, os salvadores dos povos oprimidos por cruéis ditadores.

Será mesmo? Ou é a mera continuação de uma tática de dominação das nossas cabeças, iniciada no século passado, quando o cinema americano espalhou pelo mundo a imagem da supremacia branca, dos colonizadores brancos, montados em cavalos brancos, com suas esposas brancas, os seus filhinhos loirinhos, em sua missão de levar o progresso para as regiões inóspitas habitadas por aqueles malditos índios, marrons, montados em cavalos marrons ou negros que, imaginem, opunham-se a isto e ousavam atacar as pacíficas caravanas, o que obrigava as fábricas americanas de armas a produzir mais e mais armas para os brancos poderem defender-se e cumprir sua "missão de amor e sacrifício".

Até hoje as fábricas americanas de armas precisam produzir mais e mais armas, claro que cada vez mais sofisticadas, para que as “missões de amor e sacrifício” possam ser cumpridas, agora não mais por caravanas de loiros e loiras e filhos loirinhos mas por negros e hispanos contratados nos bairros mais pobres dos Estados Unidos para irem para outros países derrubar algum ditador, frequentemente um ex-aliado, para matar terroristas, geralmente heróis defensores de sua terra invadida e saqueada, a maioria apoiados anteriormente mas, depois de tornarem-se “inimigos da democracia e da liberdade”, devem ser eliminados.

As caravanas não são mais de carroças, agora são de navios de guerra e jatos supermodernos, que descarregam milhares de bombas para obter o sucesso almejado mas, no meio disto tudo, insistem em viver civis ordeiros e pacíficos e suas famílias, em suas cidades, que pagam o preço de viver ali e morrem e ficam aleijados e perdem suas casas, as suas cidades são bombardeadas, as escolas, os hospitais são destruídos, e passam a odiar os Estados Unidos que, seguindo uma estratégia iniciada há séculos, ao mesmo tempo em que é o maior vilão, o país mais terrorista da história da humanidade, sempre coloca-se como o mocinho bem intencionado, o zelador do mundo, e finge que não entende porque grande parte da humanidade lhe odeia. Para completar o serviço, lá vão os negros e os hispanos contratados matando, decepando membros, cabeças, estuprando mulheres, destruindo tudo o que veem pela frente, ao som de um bom rock´n roll americano, muita maconha e cocaína.

Os que retornam para casa, voltam aleijados, traumatizados, perguntando-se se os milhares de dólares que receberam como pagamento valeram a pena. Para não ficarem desempregados, anseiam que as fábricas de armas fabriquem outra guerra, qualquer uma, não faz diferença, o motivo é apenas um disfarce, as fábricas de armas são como qualquer fábrica, fabricam, têm de vender o produto, pode ser para o

exército, a marinha, a aeronáutica, que podem ser americanas ou de qualquer outro país, pode ser para que lado for, para os que estão “dentro da lei”, para os que estão fora dela, pode ser para quem combate o tráfico, pode ser para os traficantes, business are business, God is the money.

Este país dita “a maneira correta de ser” no mundo todo e criou a imagem “Adolescente é assim...”. Dá para confiar nesta criação vinda de quem vem?

COMENTÁRIOS FINAIS

Este livro tem a finalidade de trazer às pessoas que pensam em “acabar com tudo”, um alerta no sentido de que a morte do corpo não termina com nada, pois nós não somos o nosso corpo, nós somos um ser de múltiplos corpos, em que apenas o corpo material é visível.

Como falamos durante o livro, o risco de arrepender-se é praticamente 100%. Se ficar em casa (em Espírito) irá ver o sofrimento que causou a familiares e amigos. Se ficar vagando pela cidade, irá deparar-se com um cortejo fúnebre de Espíritos perdidos, ex-alcoolistas, ex-drogados, ex-suicídas, alguns enlouquecidos, sem rumo. Se for para o Umbral (inferno), ficará naquele lugar por décadas, por séculos, à mercê dos demais habitantes daquele lugar e dos seus líderes. Se ficar vagando em volta do planeta, poderá passar muito tempo nesta situação. Se subir para o Mundo Espiritual, em lá chegando será motivo de compaixão, encaminhado para um local de atendimento onde ficará muito tempo, depois passará por tratamento psicológico e irá melhorar, mas o sentimento de arrependimento, de vergonha, pelo que fez (ou não fez) na encarnação anterior, a culpa que sentirá pelo que causou de sofrimento para outras pessoas pelo seu ato, na maioria das vezes.

Como trazemos consequência de nossos atos anteriores em nossos corpos sutis (aura), na maioria das vezes, reencarnará com uma grave deficiência física ou mental, uma doença genética severa, o que fará de sua próxima encarnação ou, muitas vezes, em suas próximas encarnações, vidas de intenso sofrimento, enquanto seus corpos sutis vão se refazendo do dano provocado por aquele ato. Imaginem o dano causado por um tiro na cabeça, na boca, ou ingerir veneno, ou arrojar-se de uma altura, ou matar-se afogado, ou por overdose de medicamentos ou drogas, etc. Talvez leve 3 ou 4 encarnações para restaurar seus corpos sutis e, só então, encarnar com uma mente e um corpo normais.

Seja por traumas da infância, com seu pai (que pediu), com sua mãe (que pediu), seja por situações traumáticas durante a vida, fracassos, frustrações, perdas, seja por (acreditar que) veio de outro planeta, seja por influência de Espíritos obsessores, a encarnação é uma oportunidade para mostrarmos a nós mesmo se somos fortes, corajosos, vencedores, ou não.

Uma encarnação não é fácil para ninguém, não caia na ilusão de achar que o jardim do vizinho é mais bonito do que o seu ou que aquela pessoa não tem problemas ou aquela família é perfeita... As aparências enganam. Nós, psicoterapeutas, tratamos pessoas ricas, pessoas pobres, brancos, negros, “bem-sucedidos”, “malsucedidos”, patrões, empregados, funcionários graduados, funcionários “comuns”, “bem-casados”, malcasados, artistas de sucesso, artistas fracassados, enfim, todo tipo de gente.

Sabe o que escutamos o dia todo? Queixas, reclamações, dores, mágoas, tristezas, traumas da infância, traumas de hoje em dia, em um desfilar de sofrimento que não respeita classe social, cor de pele, muito menos a aparência e o status. Se todos que têm problemas se matassem, não caberia tanto Espírito lá no céu e lá no inferno. E nem nas casas, nos cemitérios e nas ruas.

É dito que para tudo tem uma solução, menos para a morte. Não é verdade, até para a morte tem solução porque ela não existe. Este é o drama existencial do ser humano, nunca morrer. Ou está dentro de um corpo ou fora dele, mas está sempre vivo.

Se você tem ideias de “acabar com sua vida”, minha sugestão psicoterapêutica é que, ao invés de fazer isto e de nada adiantar, vá dando um jeito de acabar com a vida que está vivendo, mudando-a. Muitas pessoas confundem a sua vida com os seus pensamentos; a nossa vida é consequência dos nossos pensamentos. O que tem de ser morto não é o corpo, são os maus pensamentos. São eles que determinam a nossa vida. Muitas vezes originaram-se desta encarnação atual, muitas vezes

vêm de encarnações anteriores, muitas vezes vêm de Espíritos obsessores.

As pessoas que matam o seu corpo estão desesperadas, não aguentam mais! O que elas não aguentam mais são os seus pensamentos a respeito de sua vida, de fatos de sua vida. Não mate o seu corpo, mate os seus maus pensamentos! Matar o seu corpo irá piorar os seus pensamentos! Eles já são ruins (para você), imagine quando ficar invisível e descobrir que seus pensamentos continuam, e piores do que eram! E não vai adiantar querer matar o seu Espírito, este não morre, nunca. E sabe onde estão os pensamentos? Nele.

Me desculpe quem já tentou ou quem pensa nisto mas terei de contar uma piada, se achar sem graça não fique obrigado a rir; as pessoas que trazem uma tristeza profunda em sua alma e as que são tristes há várias encarnações, têm dificuldade de achar graça em alguma coisa, principalmente em uma piada em um livro "sério". Tudo é sério para elas, menos quando tomam alguma droga alegrogênica (inventei esta palavra agora, significa "o que gera alegria"), seja uma droga oficial como um "antidepressivo" (que faz tudo menos curar realmente a depressão), seja a bebida alcoólica, seja uma droga ilícita como a maconha, a cocaína e outras.

Bem, arriscando a perder a credibilidade com o leitor: um homem muito triste vivia ameaçando se matar, se sentia inútil, a sua vida não tinha sentido; todos se acostumaram com estas ameaças, até que, um dia, ele desapareceu e saíram em busca dele. Encontraram-no pendurado em um galho de árvore, amarrado pela cintura! Alguém lhe perguntou:

- "Mas o que tá fazendo aí, hômi de Deus?"
- "Quero me matar, não aguento mais!"
- "Mas tu não vai conseguir te matar pendurado pela cintura, tá maluco? Tem de ser pelo pescoço!"
- "Eu sei, já tentei mas me deu muita falta de ar!"

Gostou? Riu? Sim? Que bom, o teu caso tem esperança! Não? Então vai ter de fazer Regressão e desobsessão, e, talvez, um Prozaquezinho por uns 6 meses.

Desejo que ninguém cometa este ato e que este livro ajude quem tem ideias a respeito e os faça mudar de ideia.

Assim seja, amém.